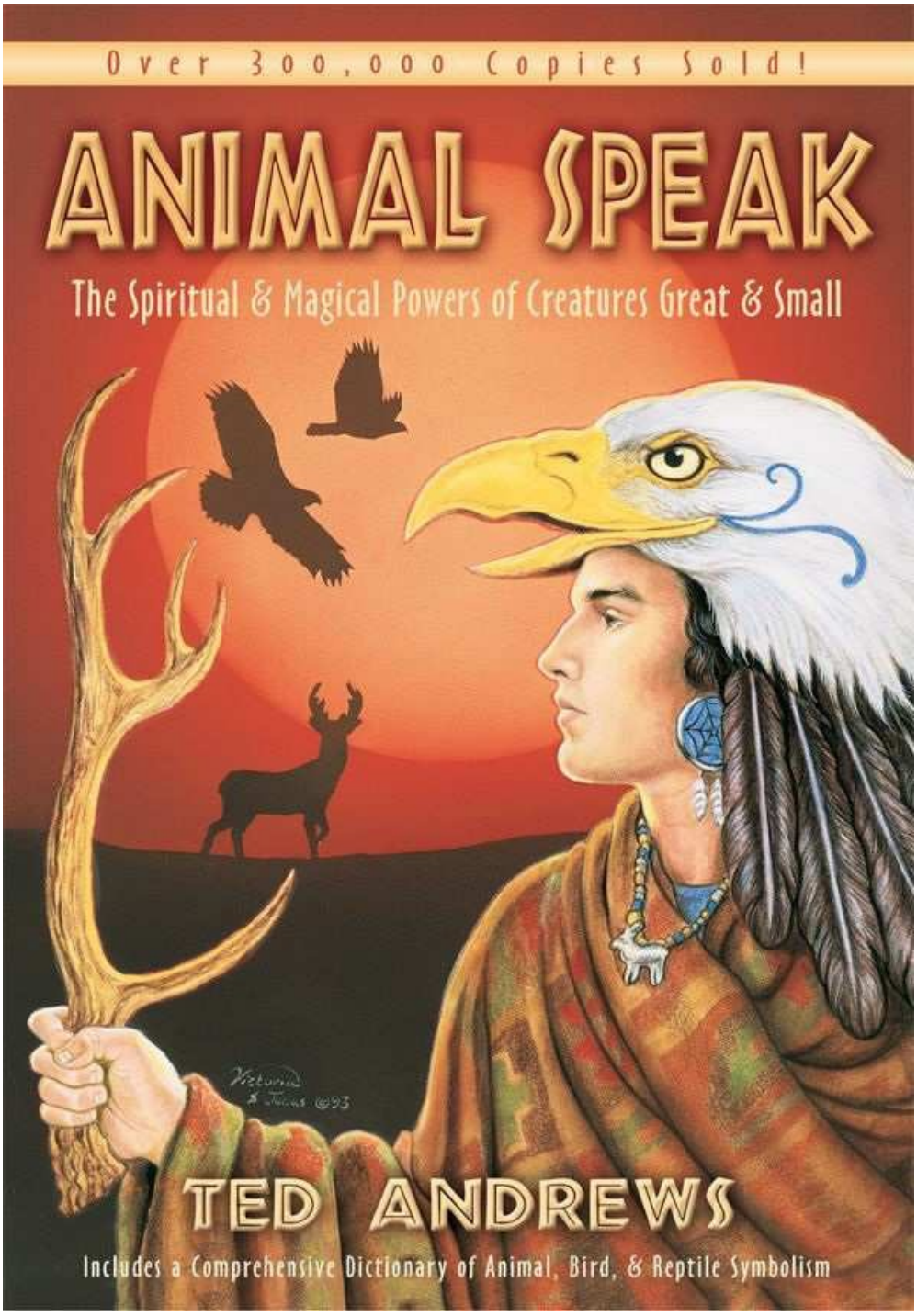

Over 300,000 Copies Sold!
ANIMAL SPEAK
The Spiritual & Magical Powers of Creatures Great & Small
TED ANDREWS
Includes a Comprehensive Dictionary of Animal, Bird, & Reptile Symbolism

Yazar Hakkında

Ted Andrews, metafizik ve ruhani alanlarda tam zamanlı bir yazar, öğrenci ve öğretmendi. Antik mistisizm üzerine seminerler, sempozyumlar, atölye

çalışmaları ve konferanslar düzenledi ve ezoterik materyali herkes için anlaşılabilir ve pratik hale getirmeye odaklandı.

Ted, temel hipnoz ve akupresür konusunda sertifikalıydı ve sağlık hizmetlerinde alternatif bir yol olarak bitkilerin incelenmesi ve kullanımıyla ilgileniyordu. Holistik şifa alanında aktifti. Piyano eğitimi almış olan Ted, bireysel iyileştirme terapileri oluşturmak ve daha yüksek bilinç hallerini tetiklemek için Kelt arpı, bambu flüt, şaman ratles, Tibet çanları, Tibet şarkı kasesi ve kuvars kristal kaseleri de kullanıyordu.

Ted, durugörü yeteneğine sahip bir kişiydi ve geçmiş yaşam analizi ve sentezi, aura yorumu, rüyalar, numeroloji ve tarotla ilgileniyordu. Çeşitli metafizik dergilerine katkıda bulunan bir yazardı ve Okült Hristiyanlık, Melek Kardeşlerimizle Çalışmak ve Hayatımızdaki Metafizik Aynalar gibi çeşitli konularda makaleler yayınladı. 2009 yılında bu dünyadan ayrıldı.

# ANIMAL SPEAK

## The Spiritual & Magical Powers of Creatures Great & Small

TED ANDREWS

Llewellyn Yayınları

Woodbury, Minnesota

*Hayvan Dili.* ©

Amerika Birleşik Devletleri'nde üretilmiştir.

Adanmışlık

Çoğu zaman, o an küçük ve önemsiz gibi görünen, ancak daha sonra harika katalizörler ve nimetler haline gelen şekillerde etkileniriz. Bu kitabı büyük bir sevinç, sevgi ve minnetle şu kişilere ithaf ediyorum: Sevgisi, çok değerli ve kıymetli dostluğu ve Baykuş Tıbbı'nı benimle paylaştığı için Quenda Şifacı Kadın'a; bulaşıcı bir coşkuyla bana şahin avcılığının ihtişamını ve neşesini açan Ann Konik'e; HAWKQUEST'in gücünü ve yırtıcı kuşların halkı eğitmedeki büyüsünü benimle paylaşan Kin Quitugua'ya; hayvanlar ve doğayla daha samimi temas ve eğitim deneyimleri fırsatı sağladıkları için Brukner Doğa Merkezi'ne ve orada çalışan herkese. Ayrıca, hayvan sakinlerinin fotoğraflarını çekmeme ve bu fotoğrafları kitapta kullanmama izin verdikleri için de özel teşekkürlerimi sunuyorum.

Brukner Doğa Merkezi'nden Mark Mazzei, Debbie Bril ve Terri Menoche'ye yardımları ve rehberlikleri için özel teşekkürlerimi sunarım.

Hayvanlara olan sevgisi ve onlarla yaptığı çalışmalar için kız kardeşim Theresa'ya.

Pagan Alexander'a, bu kadar kısa sürede sağladığı indeksleme yardımı ve katkıları için teşekkür ederiz.

Yaratıcı tasarımları ve editörlük çalışmaları için Constance Hil'e teşekkürler.

Özellikle de bu kitaptaki beyaz ayının sizi "Güneşin Doğusuna ve Ayın Batısına" götüreceğini bilen kişi için.

İÇİNDEKİLER

*GİRİİŞ*

*Hayvan Dili Öğrenmek Üzerine*

**BİRİNCİ BÖLÜM: DOĞAL DÜNYADAKİ SEMBOLLER**

*BİRİNCİ BÖLÜM*

Doğanın Manevi ve Büyüsel Rolleri

*İKİNCİ BÖLÜM*

Ruhsal Totemlerinize Uyanış

*ÜÇÜNCÜ BÖLÜM*

Avcı ve Avın Gizemi ve Büyüsü

*DÖRDÜNCÜ BÖLÜM*

Doğada İşaretleri ve Alametleri Okumak

*BEŞİNCİ BÖLÜM*

Kehanet ve Manzaraların Anlamı

**İKİNCİ BÖLÜM: KANATLI BÜYÜ**

*ALTINCI BÖLÜM*

Kuş Totemleri ve Havanın Başlatılması

*YEDİNCİ BÖLÜM*

Kuş Tıbbı ile Çalışmak

SEKİZİNCİ BÖLÜM

Tüylerin ve Uçmanın Gizemi

DOKUZUNCU BÖLÜM

Tüy Büyüsü

*ONUNCU BÖLÜM*

Kuş Totemleri Sözlüğü

**ÜÇÜNCÜ BÖLÜM: HAYVAN TIBBINI ANLAMAK**

*ON BİRİNCİ BÖLÜM*

Hayvan Totemlerine Saygı Göstermek

*ON İKİNCİ BÖLÜM*

Hayvan Ritüelleri

*ON ÜÇÜNCÜ BÖLÜM*

Hayvan Totemleri Sözlüğü

**DÖRDÜNCÜ BÖLÜM: BÖCEKLERİN VE SÜRÜNGENLERİN EGZOTİK DİLİ**

*ON DÖRDÜNCÜ BÖLÜM*

Böcekler Dünyasına Dair Bir Bakış

*ON BEŞİNCİ BÖLÜM*

Böcek Totemleri Sözlüğü

*ON ALTINCI BÖLÜM*

Sürüngen Dünyasının Büyüsü

*ON YEDİNCİ BÖLÜM*

Sürüngen Totemleri Sözlüğü

*ÇÖZÜM*

Medenileşmiş Bir Dünyada Totemler

*EK*

*KAYNAKÇA*

*Hayvanlarla konuşursanız*

*Onlar sizinle konuşacaklar.*

*ve birbirinizi tanıyacaksınız.*

*Onlarla konuşmazsanız,*

*Onları tanımayacaksınız.*

*Ve bilmediğiniz şey*

*Korkacaksınız.*

*İnsan korktuğu şeyi yok eder.*

*— Şef Dan George*

GİRİİŞ

HAYVAN DİLİNİ ÖĞRENMEK ÜZERİNE

Doğa hayatımı doldurdu. Çocukluğumun büyük bir bölümünü ormanlar, göletler, dereler ve tarlalar arasında geçirme şansına sahip oldum. Hayvanlar her zaman rüyalarımda ve uyanıkken bana geldiler. Hayat kararlarımda bana yol gösterdiler ve hatta babamın ölümünü bile bana anlattılar.

Vahşi doğada kurtla göz göze geldim ve geyik, ayı, kirpi ve su samuruyla karşılaştım. Şahinleri, baykuşları ve hatta altın kartalı kolumda tuttum ve bir tilki tarafından ısırıldım. Akbabaları besledim ve uzaktaki bir tepede geyiklerin avlanışını hayranlıkla izledim. Kargalar her sabah beni çağırıyor ve bir keresinde kaybolduğumda kuzgunlar bana yol gösterdi. Elimde kırılgan bir denizatı tuttum ve büyük bir yeşil müren balığını 150 fit derinliğe kadar takip ettim ve seyahat ederken şahinler her zaman beni gözetliyor.

Ve tüm bunlarla birlikte, doğanın harikalarına, çeşitliliğine ve özellikle de bu karşılaşmalar sırasında bana kendi hayatım hakkında söylediklerine her zaman hayran kalıyorum. Bana ne öğretmeye çalıştığını arıyorum. Dinlersek doğanın bizimle konuştuğunu biliyorum. Her hayvanın anlatacak bir hikayesi var. Her çiçek yaratıcı olmamız için hatırlatmalarla açıyor ve her ağaç hışırtılı yapraklarıyla hayatın sırlarını fısıldıyor.

Ömür boyu mistisizm öğrencisi olarak, edebiyat ve dilbilim alanlarında resmi bir geçmişe sahip biri olarak, dünyanın çoğu kutsal kitabında ve mitolojisinde, hayvanların ruhu ve ilahi güçlerin doğal dünya aracılığıyla insanlarla konuştuğu inancı etrafında dönen bir bilgi damarı buldum. İnsanlar, doğal dünyanın bir parçası olduğu kadar, doğal dünya da onların bir parçasıydı. Hayvanlar ve doğa, herhangi bir toplumun veya toplum kesiminin tekelinde değildir. Tüm insanlar onlardan etkilenir.

Günümüzde insanların "doğaya geri dönmeye", "dünyayla yeniden bağlantı kurmaya" çalışmaktan bahsettiklerini duymak hiç de alışılmadık bir durum

değil. Gerçek şu ki, hiçbir zaman doğayla bağlantımızı koparmadık. Her zaman dünyayla bağlantılıyız ve dünya da bizimle. Yaptığımız her şey dünyayı etkiler ve dünyanın içindeki her şey de bizi etkiler. Ne yazık ki, çoğu insan bunu görmezden gelmeyi seçiyor veya fark edemiyor. En üzücü yanı ise, doğanın herhangi bir yönüne ve onunla olan yakın bağlantımıza saygı göstermediğimizde, kendi benliğimizin de yakın yönlerine saygı göstermeyi ihmal etmemizdir.

Ben doğal dünyanın bir parçasıyım. Bunun bir parçası olarak, içinde yaşadığım çevre hakkında olabildiğince çok şey bilme sorumluluğum var. Onu ne kadar çok anlarsam, kendimi de o kadar çok anlarım. Çevremdeki tüm yaşamı –insan ve hayvan– anlamaya çalışmayı kendime görev edindim. Bazıları için bu beni amatör bir doğa bilimci yapabilir, ama ben sadece yaşamın dilini konuşmaya çalışıyorum.

Yabancı bir ülkeye taşınacak olsaydınız, hayatta kalmak ve verimli olmak için o ülkenin dilini öğrenmeniz gerekirdi. O dilin inceliklerini, lehçelerini ve kullanımını ne kadar iyi anlarsanız, hayatınızda o kadar etkili olursunuz. Hayatta kalmanız ve gelişmeniz o kadar kolaylaşır.

Doğal dünya, çevrenizin ve yaşamınızın bir parçasıdır ve eğer bu dünyada gerçekten üretken ve yaratıcı olmak istiyorsanız, onun dillerinden bazılarını öğrenmeniz gerekecektir. Ve öğrenmesi en kolay ve en keyifli olanı Hayvan Dili'dir.

İnsanlar ve hayvanlar arasında hiçbir sınırın olmadığı, insanların hayvanlarla barış içinde yaşadığı ve onların dilini konuştuğu büyülü bir zaman ve mekana dair birçok efsane vardır. Bu, ilahi olanla insani olanın kaynaştığı bir dönemi yansıtıyordu. Vahşi ve evcil kavramlarının bir anlamı yoktu. Hayvanlar ve insanlar birlikte konuşabiliyor, bazen insanlar hayvan dilini, bazen de hayvanlar insan dilini öğreniyordu.

Bilimsel ve rasyonel olanı arayışımızda, doğaya ve unsurlarına bizden ayrı nesneler olarak ve sadece incelenmesi gereken şeyler olarak bakmaya başladık. Birçoğu için, doğaya yönelik bu bilimsel yaklaşım, onu çevreleyen mistisizmi ve maneviyatı yok etti. Gizem balonunu patlattı. Oysa gerçek bundan çok uzaktır. Bilimin doğa hakkında ortaya koyduğu şeyler bizi hayrete düşürmeli ve yaşamın tüm çeşitli biçimlerindeki muhteşem ifadesine daha da büyük bir hayranlıkla doldurmalı. Doğanın her yönünün kendi varoluşumuzla ne kadar iç içe geçtiğini bize öğretmelidir.

Hayvan dünyası bize çok şey öğretebilir. Bazı hayvanlar hayatta kalma ve uyum sağlama konusunda uzmandır. Bazen biz de aynı becerileri kullanabiliriz. Bazı hayvanlar asla kanser hastalığına yakalanmaz. Onların sırlarını öğrenmek harika olmaz mıydı? Bazıları harika besleyici ve koruyucudur. Bazılarının doğurganlığı çok yüksekken, diğerlerinin şefkati çok yüksektir. Bazıları güç ve cesareti temsil ederken, diğerleri oyunculuğu öğretebilir. Hayvan dünyası bize ortaya çıkarabileceğimiz potansiyelleri gösterir. Ancak onlardan öğrenmek için önce onlarla konuşmayı öğrenmeliyiz.

Hayvanlara sıklıkla olağanüstü özellikler atfedilmiştir ve en azından bu atıf, doğal dünyayı daha tam anlamıyla takdir etmemize yardımcı olur. Her hayvan, insan ruhunun olağanüstü dünyasına açılan bir kapıdır. Ancak çoğu insanın fark edemediği şey, hayvanlar hakkında düşündüklerinin, kendileri hakkında düşündüklerini yansıttığıdır.

Hayvanlarla konuşmayı, hayvan kulaklarıyla dinlemeyi ve hayvan gözleriyle görmeyi öğrendiğimizde, insan özünün olgularını, gücünü ve potansiyelini deneyimleriz ve işte o zaman hayvanlar artık bizim astlarımız olmaktan çıkarlar. Öğretmenlerimiz, arkadaşlarımız ve yoldaşlarımız olurlar. Bize hayatın gerçek ihtişamını gösterirler. Dünyaya karşı unutulmuş çocuksu hayranlığımızı geri kazandırırlar ve sihir, hayaller ve olasılıklara olan kayıp inancımızı yeniden uyandırırlar.

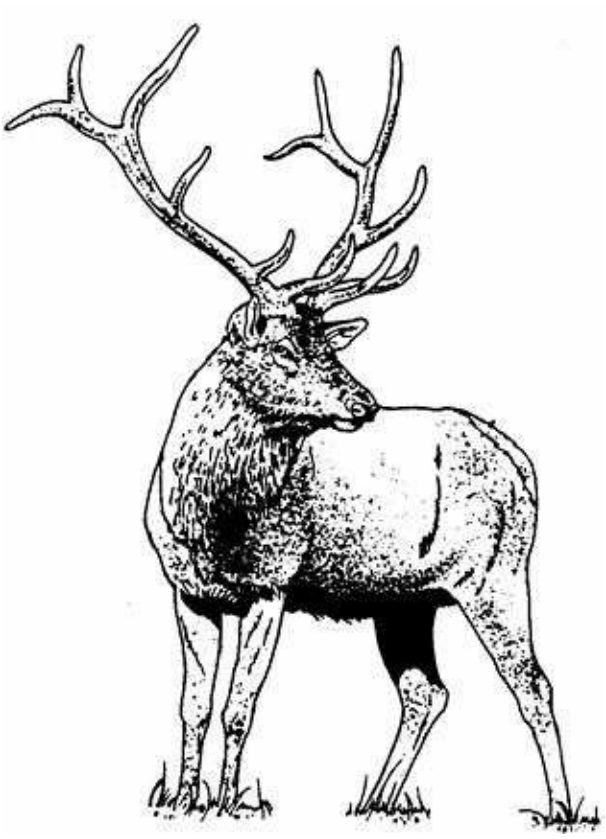
[İçindekiler]

BİRİNCİ BÖLÜM

# DOĞAL DÜNYADAKİ SEMBOLLER

*Görünür bedenlerin yalnızca görünmez güçlerin sembolleri olduğunu fark eden eski uygarlıklar, İlahi Güce bedenler aracılığıyla tapınmışlardır. Doğanın alt krallıkları... Eski zamanların bilgeleri, Tanrı'nın en mükemmel varlık olduğunu anlayana kadar canlıları incelediler. O'nun en yüce eseri olan canlı ve cansız doğanın bilgisiyle anlaşılabilir. Var olan her yaratık. Ebedi Olanın zekâsının veya gücünün bir yönünü ortaya koyar... 1*

1. Manly P. Hall'un *Tüm Çağların Gizli Öğretileri* adlı eserinden (Los Angeles: Philosophical Research Society, 1977), s. LXXXV.



BİRİNCİ BÖLÜM

# DOĞANIN RUHANİ VE BÜYÜLÜ ROLLERİ

İnsanlığın kendisini doğanın bir parçası, doğayı da kendisinin bir parçası olarak gördüğü bir zaman vardı. Rüya ve uyanıklık birbirinden ayrılamaz gerçekliklerdi; doğal ve doğaüstü birleşmiş ve kaynaşmıştı. İnsanlar bu birliği ifade etmek ve kişisel ötesi bir deneyim aşılamak için doğanın imgelerini kullandılar.

Geçmişte şamanlar, rahipler ve rahibeler, yaşamın kutsal bilgisinin koruyucularıydı. Bu kişiler doğanın ritimleri ve güçleriyle bağlantılıydı. Görünmez ve görünür dünyaları birbirine bağlayan iplikler üzerinde yürüyebiliyorlardı. İnsanların tüm ağaçların kutsal olduğunu ve tüm hayvanların dinleyenlerle konuştuğunu hatırlamalarına yardımcı oluyorlardı.

İlk rahip-büyücüler, uyanışı ve kendilerini belirli enerjilerle donatmayı sembolize etmek için hayvan kılığına girer, deriler ve maskeler takarlardı. Daha fazla doğurganlık ve yaşamı uyandırmak için mevsimlerin doğal ritimlerine uygun ritüeller gerçekleştirirlerdi. Onlara göre, her tür ve çevresinin her yönü, kendi yaşamlarında tezahür ettirebilecekleri şeyleri hatırlatma gücüne sahipti. Bu, doğal dünyayı doğaüstüyle birleştirmeye, her ikisinin de gerçekliğini kendi yaşamlarının çevresinde uyandırmaya yardımcı bir unsurdu.

Bu ritüeller ve davranışlar modern toplumun rasyonel zihinlerine ilkel ve hatta saçma görünse de, bugün de aynı derecede güçlüdürler. Ve onları yöneten yasalar -fiziksel ve ruhsal- aynı derecede geçerlidir. Farklı toplumlar bu yasaları kendilerine özgü şekillerde ifade etmişlerdir, ancak muhtemelen en belirgin şekilde ifade edilen, eski Hermetik Uyum Yasası'dır: "Yukarıda ne varsa, aşağıda da o vardır; aşağıda ne varsa, yukarıda da o vardır." 2

Bu ilke, her şeyin birbirine bağlı olduğunu ve bir anlam taşıdığını öğretir. Fiziksel olanı manevi olandan, görünür olanı görünmez olandan ayıramayız. “Bu İlke, insana birçok karanlık paradoksu ve Doğanın gizli sırrını çözme imkanı verir… Eski Hermetikçiler bu ilkeyi, insanın bilinmeyeni gizleyen engelleri ortadan kaldırabilmesini sağlayan en önemli zihinsel araçlardan biri olarak kabul etmişlerdir… (bu) insanın bilinenden bilinmeyene akıllıca akıl yürütmesini sağlar.” 3

Bu nedenle, doğa totemlerinin incelenmesi, ruhsal olanın doğal yaşamımızda nasıl tezahür ettiğini anlamak için elzemdir.

Totem, yaşamımız boyunca olayları ve enerjisiyle yakından ilişki kurduğumuzu hissettiğimiz herhangi bir doğal nesne, varlık veya hayvandır.

Hayvan imgelerini ve diğer doğa totem imgelerini kendimizi ve görünmez dünyayı tanımak için bir yol olarak kullanabiliriz. Bu imgelerin ve totemlerin büyük bir zekaya sahip varlıklar olduğuna inanmak zorunda değiliz, ancak doğadaki tüm tezahürlerin ardında yatan ve onları denetleyen arketipsel güçler vardır. Bu arketiplerin, hayvanların ve doğanın diğer ifadelerinin davranışları ve faaliyetleri aracılığıyla yansıyan kendi nitelikleri ve özellikleri vardır.

Bir doğa totemine dikkat edip onu tanıdığımızda, onun ardındaki özü onurlandırıyoruz. O öze açılıyor ve onunla bütünleşiyoruz. Daha sonra onu kendi yaşam koşullarımızı daha net anlamak için kullanabiliriz. Onun gücünden pay alabiliriz veya

“Tıp.” Doğa totemleri –özellikle hayvanlar– hayatımızda tezahür ettirdiğimiz ve uyum sağladığımız belirli enerji türlerinin sembolleridir.

Hayvan, görünmez, ruhsal alemin belirli bir gücünün kendi yaşamımızda tezahür etmesinin sembolü haline gelir. Bu totemlerin özellikleri ve faaliyetleri, kendi içsel güçlerimiz ve yeteneklerimiz hakkında çok şey

ortaya çıkaracaktır. Totemi inceleyerek ve onunla bütünleşmeyi öğrenerek, ihtiyaç duyulduğunda arketipsel enerjisini çağırabiliriz.

Karada yaşayan hayvanlar her zaman güçlü bir sembolizmle ilişkilendirilmiştir. Genellikle üstesinden gelinmesi, kontrol edilmesi ve/veya yeniden ifade edilmesi gereken nitelikleri yansıtarak, yaşamın duygusal yönünü temsil etmişlerdir. Ayrıca, görünmez alemle ilişkili ve görünür alemde tezahür ettirmeyi öğrenebileceğimiz güçlerin de sembolleridirler.

Kuşlar sıklıkla ruhun sembolleri olarak kabul edilmiştir. Uçma yetenekleri, içimizdeki yeni bir farkındalığa yükselme, yeryüzü ile gökyüzü arasında köprü kurma yeteneğini yansıtır. Totem olarak kuşların her birinin kendine özgü özellikleri vardır, ancak hepsi daha büyük umut, ilham ve fikir uçuşlarını teşvik etmek için kullanılabilir. Su yaşamı da bir totem olabilir. Su, astral düzlemin ve yaşamın yaratıcı unsurunun eski bir sembolüdür. Çeşitli balıklar ve diğer su yaşamı biçimleri, sezgi ve yaratıcı hayal gücünün belirli ifadelerine rehberlik etmeyi sembolize eder. Özümüzün dişil yönünü yansıtabilirler.

Maskeli Büyücü

Şamanizmle ilişkilendirilen yaygın bir sembol olan bu imge, tarih öncesi bir mağara resminden alınmıştır. Gizemli güçlerle çevrili ilk insan, taklit yoluyla bunlara karşılık vermiştir. İnsan, ilahi olanı insanlıkla uyumlu hale getirmeye çalışmıştır. Rahipler, gizemle yüzleşmeye yardımcı olmak için totemler ve imgeler kullanmışlardır. Dans, kostüm vb. yoluyla rahip veya rahibe, tanrı ve güçleriyle tam bir özdeşlik kurmuştur. Bu, peygamberin, şifacının ve doğanın güçlerinin tezahürünün sembolüdür. Bu tür imgeler, kişinin fiziksel olanı aşmasına yardımcı olan bir varlığı çağırır. Hayvanların derilerini giymek, ruhunu yatıştırmanın ve gücünü onurlandırmanın bir yoluydu.

Böcekler de doğanın bir parçasıdır ve bizim için de totem olabilirler. Mısır mitlerindeki bereket arısından, Afrika Bushmenlerinin peygamberdevesine, evreni yaratan Örümcek Kadın'ın birçok öyküsüne kadar, doğanın manevi düzeninde dinamik bir yere sahiptirler.

Hayatınızda karşılaştığınız hayvanları, kuşları, balıkları, böcekleri, sürüngenleri vb. inceleyerek ve onlar hakkında okuyarak, karşılaştığınız durumlar hakkında daha fazla bilgi edinebilirsiniz. Karşılaşma olasılığınız en yüksek olan enerji türleri ve günlük yaşam koşullarınızda en çok tezahür ettirebileceğiniz enerjiler hakkında çok şey öğrenebilirsiniz. Bu enerjilerden yaşam durumlarıyla başa çıkmak için en etkili şekilde nasıl yararlanacağınızı öğreneceksiniz.

Doğa, sakinlerine doğal bir uyum yeteneği bahşetmiştir. Bu, hayvanın belirli bir yerde belirli bir şekilde yaşamasına olanak tanır. Hem fiziksel hem de davranışsal uyumlar vardır. Yaygın bir örnek, bazı hayvanların daha kalın kürk geliştirerek veya hatta göç ederek soğuğa uyum sağlama biçimidir.

Dağ keçisi gibi bir hayvan, dağ ortamında hayatta kalmak için dinamik bir adaptasyon yeteneğine sahiptir. Ayakları, daha güçlü ve güvenli bir şekilde kavrama sağlayacak şekilde gelişmiştir. Ayrıca, dağlardaki daha soğuk sıcaklıklarda hayatta kalmasına yardımcı olan daha fazla kırmızı kan hücresine sahiptir. Totemlerimizin hayatta kalmak için nasıl adapte olduklarını öğrenmek, aynı prensipleri kendi yaşam koşullarımıza uygulayarak hayatımızda bize yardımcı olabilir.

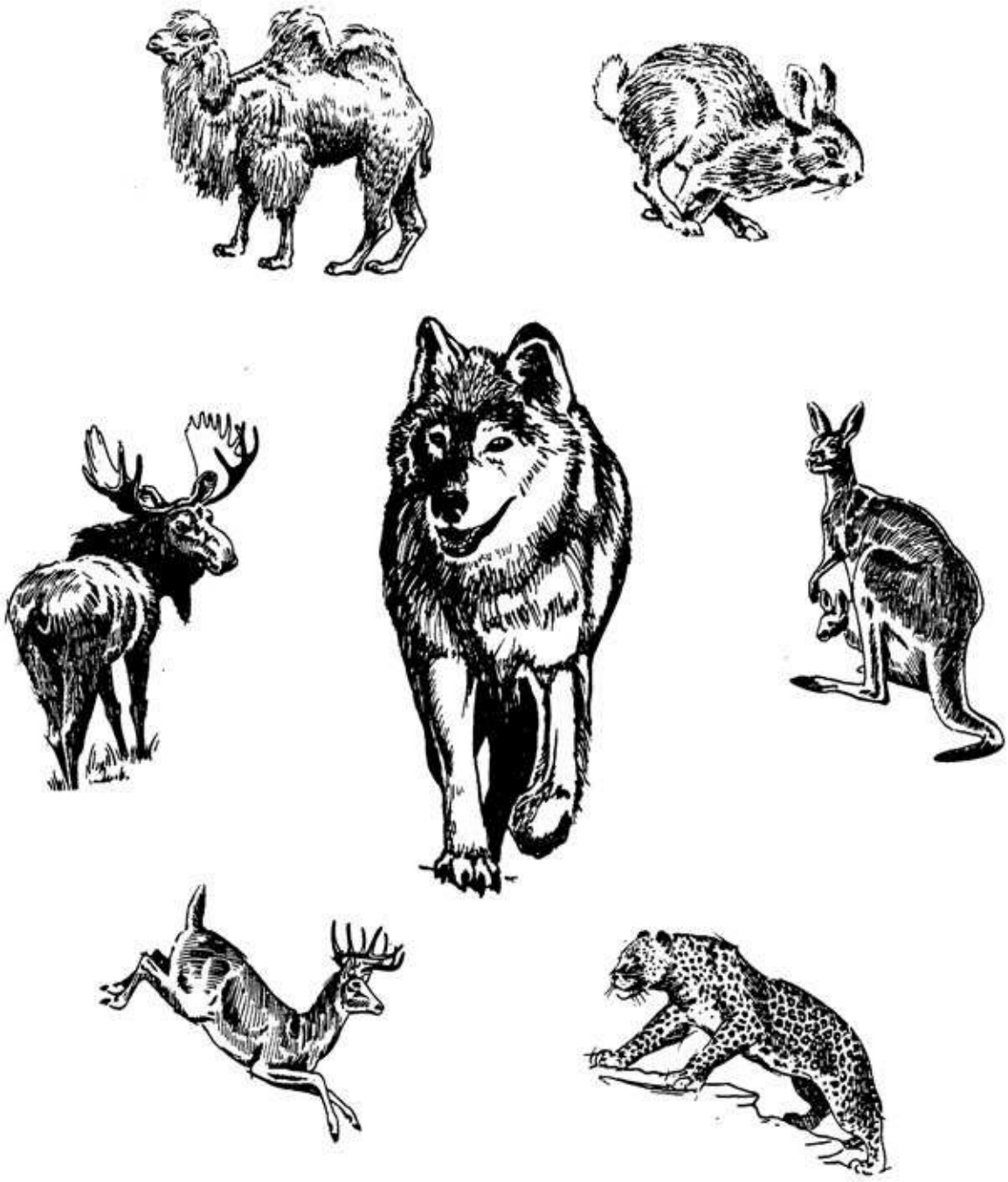
Bu kitabın amacı beş yönlüdür:

1. Doğa totemlerinizi belirlemenize yardımcı olacaktır.

2. Onların enerjilerini hayatınıza daha etkili bir şekilde nasıl onurlandıracağınızı ve çağıracağınızı öğrenmenize yardımcı olacaktır. 3. Toteminiz tarafından yansıtıldığı gibi, kendinizin gizli güçlerini ve önemini keşfetmenize yardımcı olacaktır.

4. Bu, toteminizin becerilerini ve uyum sağlama güçlerini kendi yaşam ortamınıza uygulamanıza yardımcı olacaktır.

5. Bu, doğanın (fiziksel, ruhsal ve büyülü) dilini öğrenmenize, her gün sizinle konuşurken söylediklerini (işaretler ve alametler aracılığıyla) okumanıza ve uygulamanıza yardımcı olacak ve böylece tüm yaşama karşı daha büyük bir saygı ve hürmet geliştirmenize yardımcı olacaktır.



Kendi gücünüz ve kontrolünüz.

Gerçek şaman, gerçek doğa bilimci, totemler ve ritüeller aracılığıyla bilinçli insan yaşamını Doğa ve Ruh ile yeniden birleştirmeye çalışır. Hayvanların imgeleri ve Doğanın ifadeleri, normal, uyanık bilincimizi aşmamıza ve

böylece eterik alemlere ve varlıklara daha kolay bağlanmamıza yardımcı olur. İlk adım, Doğadan veya iç zihinden kaynaklanan tüm vizyon ve imgelerin bir düzeyde geçerliliğe sahip olduğunu fark etmekle başlar.

Hayvan Totemlerinin Sembolizmi: Bu özel hayvan biçimlerinin ve imgelerinin özellikleri ve faaliyetleri, kendi içsel güçlerimiz ve yeteneklerimiz hakkında çok şey ortaya çıkaracaktır.

Çoğumuzun başını derde sokan şey, zihinde veya doğada gördüklerimizi yorumlamaktır. Gördüklerinizi ve deneyimlediklerinizi okumak, incelemek ve öğrenmek, onları kendinizle ilişkilendirmenizi kolaylaştıracaktır. Doğa totemlerini sorgusuz sualsiz kabul etmeyin. Bu kitapta daha sonra öğreneceğiniz doğrulama sürecinden geçirin.

Bir totem, sırf egonuzun istediği kadar gösterişli veya güçlü görünmediği için bir kenara atmayın. Totem, hayatınızı güçlendirmek için oldukça uygun olabilir. Bazen, ancak belirli bir totemin incelenmesi ve araştırılmasıyla anlamı netleşir. Doğanın size olan ifadesinin anlamını araştırmak, ona saygı göstermenin bir yoludur.

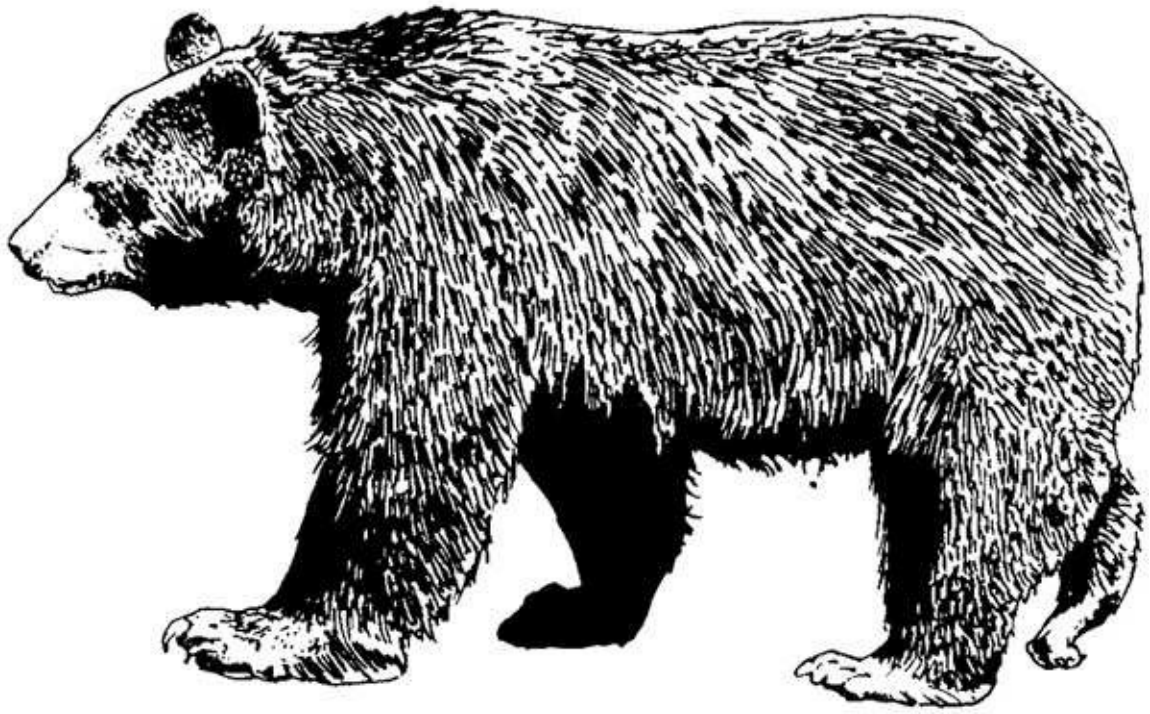
İnsanlık, doğanın ritimleri ve kalıplarıyla olan içgüdüsel bağını kaybetti ve bu kayıpla birlikte büyünün gerçekliği de kayboldu.

Doğa bize her gün, yaşamın tüm biçimlerinin bize bir şeyler öğretebileceğini göstermeye çalışır. Doğayı dinlemeyi öğrendikçe, eskimiş algılarımızı yıkarız. Büyülü yaratımın, her şeyde var olan yaşam gücü olduğunu keşfederiz. Ve her şeyden önce, Doğa, ondan öğrenmek isteyenlere bunu öğretir.

2. Üç İnisiye, *Kybalion* (Chicago: The Yogi Publication Society, 1940), s. 28.

3. Aynı eser, s. 29-30.

[İçindekiler]



İKİNCİ BÖLÜM

RUHSAL TOTEMLERİNİZE UYANIŞ

Ruhani varlıkların ve onların fiziksel dünyadakilere yardımlarının gerçekliği, her büyük dinin bir parçası olmuştur. Yunanlılar kahinler aracılığıyla ruhlarla ve tanrılarla iletişim kurmuşlardır. Afrika'daki Bushmenler, eland ve peygamberdevesi gibi hayvanların hareketlerinden ve faaliyetlerinden ritüel ve mitler geliştirmişlerdir. Yerli Amerikalılar, ruhani alemle bağlantı kurmak için dans ve ritüellerde hayvanları taklit etmişlerdir. Hayatın ruhani alemlerine ve tüm çeşitli tezahürlerine olan inanç evrenseldir. Birçok toplumda en yaygın inanış, ruhani rehberlerin genellikle amaçlarını ve rollerini insanlara iletmek için hayvanları veya hayvan imgelerini kullandıklarıdır.

Modern, rasyonel toplumumuzda bu tür olasılıklara alaycı bir şekilde yaklaşma eğilimi vardır. Azizler, melekler, atalarla iletişim, periler ve cinler, şeytanlar ve hatta hayvan totemleri gibi ruhani varlıklar, kadim mitlerimizi

ve kutsal metinlerimizi doldurmaktadır. İnançlar bu kadar evrensel olduğunda, onlara bir miktar itibar gösterilmelidir.

Tanımlamalar, onların günlük hayatta karşılaştığımız insanlar kadar çeşitli olduklarını gösteriyor. Gezegende birçok işlevi yerine getiriyorlar.

Bize doğuştan gelen yeteneklerimizi tanımamıza yardımcı olurlar. Bizi güçlendirir ve korurlar. Enerjileri iyileşmeye, ilham vermeye ve gelişmeye yardımcı olmak için kullanılabilir.

Ruhani rehberlerin en yaygın biçimlerinden biri hayvan suretleridir. Birçok eski toplum, doğaüstünü anlamak için doğal dünyayı incelemiştir. Tanrılar ve tanrıçalar genellikle hayvan olarak tasvir edilmiştir. Bu kitap boyunca, doğanın -hayvanlar kılığında- ruhsal olanın fiziksel olanla nasıl bağlantı kurduğunu inceleyeceğiz. Hayvanlara atfedilen sembolik ve mitolojik yönleri ve bunların bize kişisel olarak nasıl hitap etmesi gerektiğini ele alacağız.

Totem, yaşamınız boyunca kendinizi yakından ilişkilendirdiğiniz olguları ve enerjisiyle özdeşleştiğiniz herhangi bir doğal nesne, hayvan veya varlıktır. Bu kitapta ağırlıklı olarak hayvan kılığındaki ruhani totemlere odaklanacağız. Hayvan totemlerinin incelenmesi, ruhsal alemin doğal yaşamınızda nasıl tezahür ettiğini anlamak için çok önemlidir.

Hayvan totemlerini ve imgelerini kullanarak kendimiz ve görünmez dünya hakkında bilgi edinebiliriz. Bu imgelerin ve totemlerin büyük bir zekaya sahip varlıklar olduğuna inanmak zorunda değiliz, ancak bu yaratıkların ardında yatan, onları denetleyen ve onlar aracılığıyla tezahür eden arketipsel bir güç vardır. Bu arketiplerin, hayvanların davranış ve faaliyetlerine yansıyan kendi nitelikleri ve özellikleri vardır.

Şaman, hayvan totemleri aracılığıyla bilinçli insan yaşamını doğa ve ruhla yeniden birleştirmeye çalışır. Hayvan imgesi, şamanın normal, uyanık

bilincin ötesine geçmesine ve böylece daha ruhani alemlere ve varlıklara daha kolay bağlanmasına yardımcı olur.

Hayvan toteminizi keşfederek, onu inceleyerek ve onunla bütünleşmeyi öğrenerek, ihtiyaç duyduğunuz her an onun enerjisini çağırabileceksiniz. Hayvan aracılığıyla belirli arketipsel güçler ve kalıplarla bağlantı kurabilecek ve kendi yaşamınızın kalıplarını daha etkili bir şekilde anlayabileceksiniz. Totemi onurlandırdığınızda, ister gerçek bir güç olsun ister sizinle iletişim kurmak için hayvanın imajını ve biçimini kullanan belirli bir ruh varlığı olsun, onun ardında yatan özü onurlandırmış olursunuz.

Eski çağlardaki rahipler ve rahibeler, ruhlar dünyasıyla yüzleşmelerine yardımcı olması için hayvan totemleri kullanırlardı. Duruş, giyim ve danslarıyla hayvanları taklit eder, o hayvan aracılığıyla dünyada tezahür eden enerjiyi çağırmak ve paylaşmak için ritüeller yaratırlardı. Hayvan bir totem, bir güç veya şifa haline gelirdi. Belirli bir enerji türünün sembolü olurdu. Bu toteme uyandıklarında ve ona saygı gösterdiklerinde, arkasındaki arketipsel enerjileri yaşamlarına salarlardı.

Siz de aynı enerjiye erişmeyi öğrenebilirsiniz. Bunu yaparak, doğanın dilini öğrenmeye ve onun sırlarına kendinizi açmaya başlarsınız.

Ancak ilk adım, hayvan totemlerinizin ne olabileceğini belirlemektir. Kişisel hayvan totemlerinizi belirlemenize yardımcı olacak teknikler vardır. Çoğu basittir ve daha fazla gözlem ve kendi yaratıcı hayal gücünüzü kullanmaktan başka bir şey gerektirmez. Bu kitap size bunu öğretmeye yardımcı olacaktır.

Çoğu insan hayal gücünü gerçek dışılıkla eşleştirir. Oysa gerçek bundan çok farklıdır. Hayal gücü, zihnin imgeler yaratma ve bunlarla çalışma gücüdür. Bizi başka alemlere açabilen, iyileşmemize yardımcı olabilen, kayıp bilgileri keşfetmemize ve daha yüksek bir vizyona hatta kehanete ulaşmamıza olanak sağlayan da bu yetenektir.

Yaratıcı hayal gücü sayesinde, fiziksel dünyayı çevreleyen ve onunla etkileşim halinde olan ruhsal enerjileri görmeye başlarız. Hayal gücü olarak kabul ettiğimiz şey, normal duyusal dünyanın ötesindeki seviyelerde bir biçimde gerçekliktir. Yaratıcı hayal gücüyle yeni bir şey yaratırız.

Bir tür farkındalık, renk ve biçimde yeni bir deneyim. Bu, daha yüksek ilham ve sezgi biçimlerini tetikler ve bize yaşam koşullarımız ve onu etkileyen ruhsal enerjiler hakkında daha yüksek bir anlayış kazandırır. Görseller, ruhsal yaratıcı dünyayla bağlantı kurmanın araçlarıdır. Ruhsal totemlerinizi belirlemenize ve enerjilerini yaşamınızda uyandırmanıza yardımcı olan şey budur.

Hayvan totemlerinizi belirlemeye ve tanımaya başladığınızda, hayatınızı daha etkili bir şekilde anlamaya başlayacaksınız. Kendinize dair daha özgün bir bakış açısı geliştirebilecek ve gerçekliğe yeni bir gözle bakabileceksiniz. Kendinizi yeni ilhamlarla dolu bulacak ve hayatınızda daha yaratıcı olacaksınız. Toteminizi ne kadar çok anlarsanız, kendinizi de o kadar çok anlayacaksınız.

**HAYVAN TOTEMLERİNİZİ BİLİYOR MUSUNUZ?**

(Hayvan totemlerinizi keşfetme sürecine, en çok ilgilendiğiniz hayvanları ve bu ilginin uyandığı yaşam dönemlerini inceleyerek başlayın. Hayatınızda hangi hayvanların sizin için totem olabileceğini belirlemenize yardımcı olması için aşağıdaki anketi kullanın.) 1. Hangi hayvan veya kuş sizi her zaman büyülemiştir? (Bizi en çok etkileyen şeylere çekiliriz. Bizi büyüleyen hayvanların bize öğreteceği bir şeyler vardır.)

2. Hayvanat bahçesini ziyaret ettiğinizde, en çok veya ilk olarak hangi hayvanı ziyaret etmek istersiniz? (Bu, özellikle çocuklar için önemlidir. Çocuklar doğal olarak daha açık fikirlidir ve bu nedenle kendileri için önemli olacak hayvanı daha kolay tanıyabilirler.) 3. Doğada olduğunuzda en

sık hangi hayvan(lar)ı görüyorsunuz? Vahşi doğada hayvanlarla karşılaşmalarınız oldu mu? (Şehir ortamında veya vahşi doğada karşılaştığımız hayvanların bizim için önemi vardır. Onlardan, sadece o ortamda hayatta kalma konusunda bile olsa, bir şeyler öğrenebiliriz.)

4. Dünyadaki tüm hayvanlar arasında şu anda en çok hangisiyle ilgileniyorsunuz? (Hayvanlara olan ilgimiz değişir. Evet, genellikle ömür boyu bağlı kaldığımız, güç hayvanlarımız olur, ancak bize önemli veya özel bir şey öğretmek gerektiğinde diğerleri ön plana çıkar.) 5. Sizi en çok korkutan hayvan hangisi? (En çok korktuğumuz şey genellikle kabullenmeyi öğrenmemiz gereken bir şeydir. Bunu yaptığımızda, o bir güç haline gelir. Bazı şamanlar, korkuların hayvan şeklini alacağına ve ancak onlarla korkusuzca yüzleştiğimizde güçlerinin/şifalarının bize karşı değil, bizim için çalışacağına inanırlar. Böyle bir hayvan gölge totem haline gelir.) 6. Hiç bir hayvan tarafından ısırıldınız veya saldırıya uğradınız mı? (Tarihsel olarak, bir şaman bir saldırıdan sağ kurtulursa, hayvanın şamanın ruh totemi olduğuna ve saldırının totemin şamanın gücü kullanma yeteneğini test etme yolu olduğuna inanılırdı.) 7. İçinde hayvanların olduğu rüyalar görüyor musunuz veya hiç unutmadığınız hayvan rüyalarınız var mı? (Bu, özellikle rüyalar tekrarlıyorsa veya rüyadaki hayvan imgesi tekrarlıyorsa önemlidir. Çocuklar sık sık hayvan rüyaları görürler ve bu hayvanlara dikkat edilmelidir. Bunlar genellikle çocuğun belirli ruhani totemlerini yansıtır.) HAYVAN TOTEMLERİNİN **TEMELLERİ**

Hayvan totemleri çeşitli isimlerle anılır. Ruh hayvanları, güç hayvanları, totem yardımcıları ve benzeri isimler kullanılır. İnsanlar onlara nasıl isim verirse versin, bazı inançlar ortaktır:

1. Her hayvanın güçlü bir ruhu vardır.

2. Bu ruh, varlığın kendi ruhu olabileceği gibi, hayvan imgesini kullanarak insanlara dünyanın mesajlarını ileten bir varlığın ruhu da olabilir.

3. Her hayvanın kendine özgü yetenekleri vardır. Bu yeteneklerin incelenmesi, kendi yaşamınızda geliştirmenize yardımcı olabileceği tıp, sihir ve güç türünü ortaya çıkaracaktır. Unutmayın, her hayvanın bir uzmanlık alanı vardır.

4. Yaşam boyu güç hayvanları genellikle evcil değil, vahşi hayvanlardır. Birkaç istisna vardır, ancak bu istisnalar bile çoğu zaman gerçek güç hayvanına birer bağlantıdır. Örneğin, insanlar köpek veya kedi totemleri olarak benimseyebilirler. Bunların kendi şifaları ve güçleri vardır, ancak evcil hayvan, vahşi karşılığının yumuşatılmış bir biçimi olabilir. Bir köpek, kurt, çakal veya vahşi köpek ailesinin herhangi bir üyesine bir bağlantı olabilir. Bir kedi, panter, aslan, kaplan gibi vahşi kedi ailesinin bir üyesine bir bağlantı olabilir. Birçoğu için, totem hayvanının evcilleştirilmiş biçimiyle başlamak, bir gün onun gerçek güç biçimiyle daha etkili bir şekilde çalışabilmek ve onu yönetebilmek için bir temel oluşturmanın bir yoludur.

5. Hayvan insanı seçer, tersi değil. Birçok kişi bir hayvan seçip onunla iletişim kurmaya başlayabileceğine inanır. Genellikle bu durumlarda ego devreye girer. Kişi, kendisiyle uyumlu olanı değil, en çekici ve güçlü olduğuna inandığı hayvanı seçer. Sonuçlar etkisiz ve çoğu zaman hayal kırıklığı yaratıcıdır. Hiçbir hayvan diğerinden daha iyi veya daha kötü değildir. Her hayvanın şifası benzersizdir. Fare şifasında güçlü olmak, kartal şifasında beceriksiz ve etkisiz olmaktan her zaman çok daha iyidir. En büyük başarınızı size gelen hayvanda bulacaksınız .

Yaklaşık dört yaşındayken, bir ruh kurdu bana geldi. O zamanlar iki ağabeyim ve iki yaş küçük bir kardeşimle aynı odayı paylaşıyordum. O gece babam iki ağabeyimi beyzbol maçına götürmüştü ve ben de küçük kardeşimle odada yalnız uyuyacaktım.

Yatakta uzanıyordum ki duvarda ışıklar gördüm. Hafif bir film vardı ve sonra yaşlı bir kadın ve bir kurt odaya girdi. Çığlık atmaya ve annemi çağırmaya

başladım, o da koridordan koşarak odaya geldi. Kurt ve kadın hakkında bir şeyler söylerken, hafifçe gülümsedi ve üzerime battaniyeleri örttü, bu sırada da sadece kötü bir rüya gördüğümü söyledi.

Bunun bir rüya olmadığını biliyordum, çünkü kadın ve kurt annemin yaklaşık bir metre arkasında duruyorlardı. Annem beni susturdu ve kardeşim Tom'u uyandırmak istemediği için tekrar uyumamı söyledi. Sonra da gitti.

O gittikten hemen sonra kadın ve kurt yaklaştılar. İkisi de hafifçe gülümsüyor gibiydi, ama o an bunun benim için bir önemi yoktu. Anneme tekrar seslenmeye başladım. Kapıyı açtı ve yine orada kimsenin olmadığını, her şeyin bir rüya olduğunu söylemeye çalıştı.

Bu sefer bana gelip kendi yatağında uyumamı söyledi ve "Seni buraya sokamazlar" dedi.

Sözlerinin hiçbir etkisi olmadı, çünkü kadın ve kurt bizi odasına kadar takip ettiler. Ben de yorganı başımın üzerine çektim ve orada yokmuş gibi davranmaya çalıştım.

O zamandan itibaren kurdu sık sık görüyordum ve ara sıra da kendini Büyükanne diye tanıtan kadını. Zamanla onlarla daha da rahat hissetmeye başladım, ama kimseye onlardan bahsetmedim çünkü bana inanmayacaklarını biliyordum. Yıllar sonra her şeyi bir araya getirip kim olduklarını ve ne olduklarını anlayabildim.

Kurtlarla karşılaşmalarım bugün bile devam ediyor; sadece rüyalarımda değil, etrafımdaki ruhani varlıklar olarak da. Ayrıca vahşi doğada kurtlarla karşılaşma ayrıcalığına da eriştim.

6. Toteminizle bir ilişki geliştirmelisiniz. Onlarla iletişim kurmak saygı gerektirir. Onların bakış açısını öğrenmelisiniz.

Hayvanlar size hemen ısınmazlar. Size ve sınırlarınıza güvenmeyi öğrenmeleri gerekir, siz de onlara ve sınırlarına güvenmeyi öğrenmelisiniz. Bu zaman, sabır ve pratik gerektirir.

7. Hayatınızda şifasının etkili olabilmesi için toteminizin gücüne saygı göstermelisiniz. Onlara ne kadar çok saygı gösterirseniz, hayatınızda onlara ne kadar çok önem verirseniz, o kadar güçlü ve etkili olurlar. Onlara saygı göstermenin ve onları hayatınıza daha yakınlaştırmanın bazı yolları şunlardır:

Onların resimlerini asmak,

Onların resimlerini çizmek,

Onlar hakkında olabildiğince çok şey okumak ve öğrenmek,

Kendiniz için toteminizin figürlerini satın almak veya toteminizin küçük simgelerini ve resimlerini satın alıp arkadaşlarınıza hediye etmek.

Bu tılsımlar, hayvan toteminizin gücünü ve ruhunu hatırlatır.

Yaban hayatı kuruluşlarına zaman ve/veya para bağışında bulunmak.

Totem hayvanınızı onurlandırmak için dans etmek güçlü bir bağdır. Davranışlarını taklit etmeyi öğrenin. Eğer bir kaplumbağaysa, kaplumbağa gibi sürünmeyi öğrenin. Eğer bir aslansa, aslan gibi çömelmeyi öğrenin. Eğer bir kuşsa, zıplamasını veya uçmasını taklit edin. Ve en önemlisi, hayvanı hayal gücünüzde canlı tutmak. Kendinizi totem hayvanınız olarak görün ve onun özelliklerini hayatınızın uygun yerlerinde kullanın. *Unutmayın ki hayal gücü... Toteminizle gerçek bir bağlantı.*

8. Güç hayvanınızın şifasıyla çalışmayı öğrendikten sonra, bu, hayvan alemindeki diğerleriyle bağlantı kurmanın bir kapısı haline gelir. Sadece bir totemle sınırlı değilsiniz. Her biri, diğerlerinin yapamayacağı bir şeyi

öğretebilir veya hayatınıza ekleyebilir. Güç hayvanınızla çalışmak, diğerleriyle nasıl uyum sağlayacağınızı öğrenmenize yardımcı olacaktır. Bu şekilde, daha fazla güce ihtiyacınız varsa, bir ayının imgesini hatırlayabilir ve enerjisinden yararlanabilirsiniz. Hıza ihtiyacınız varsa, çitanın enerjisiyle bağlantı kurabilirsiniz. Güç hayvanınız aracılığıyla, diğer hayvanların ve varlıkların enerjileriyle uyum sağlamayı ve onlara dönüşmeyi öğrenirsiniz.

9. Hayatınızda en güçlü olan ve büyük ölçüde sizinle kalan bir veya birkaç totem olsa da, diğerleri de rol oynar. Bir toteminiz sadece bir gün için olabilir. Hayatınızdaki özellikle zor bir dönemde size yardımcı olan bir toteminiz de olabilir.

Bir totem size gelebilir ve birkaç yıl boyunca sizinle kalabilir. Bir diğeri ise yaratıcı çalışmalar yaparken yanınızda olabilir. Hayatınızın farklı alanları için farklı totemleriniz olması muhtemeldir. Çalışabileceğiniz totemlerin bir sınırı yoktur. Ancak önemli olan, en az bir tanesiyle güçlü ve tam bir bağ kurmaktır. Bu, bilinci genişletir ve diğerlerine daha kolay bir köprü açar.

Çocukluğumda rüyalarıma sık sık baykuşlar gelirdi. Sonra yaklaşık 12 yaşımdan itibaren ziyaretleri seyrekleşti. Liseyi bitirmeden önce tamamen kesildi. Yıllar sonra baykuş bir kez daha rüyalarıma girdi. Ona nerede olduğunu sordum.

"Kalp kapalıyken kalamam."

Ona şaşkınlıkla baktığımı hatırlıyorum ve eminim baykuş cevabıma gülümsedi. "Senin yanındayken sessizim, ama kalbin açıldığında ve kalbini kapatmasına izin verdiğin şey ortadan kalktığında geri döneceğim. Bu yıllar boyunca benden çok başkalarına ihtiyacın oldu."

Sonra baykuşun arkasında bir hareket gördüm ve ergenlik yıllarımdan beri rüyalarımda sık sık beni ziyaret eden tüm büyük kedileri gördüm: panterleri, pumaları ve kaplanları. Ardından babamın görüntüsü ve

kardeşlerime ve bana sık sık nasıl davrandığı gösterildi ve uyandım. Yıllar sonra, baykuş tekrar rüyalarımda görünmeye başladı - her zaman uzakta ve her zaman sessiz - genellikle çocukluktaki buluşmaları yeniden canlandıran rüyalarda.

1989 yılında sevgili dostum Şifacı Kadın Quenda bana baykuş öğretilerinden bazılarını hediye etti. Gözlerim yaşlarla doldu ve boğazım düğümlendi. Zihnimde ölüm ve cenaze törenleri imgeleri belirdi. O zaman babamın yakında vefat edeceğini anladım.

İki ay sonra babam kanserden öldü. Ve baykuş yine düzenli olarak rüyalarımda beni ziyaret ediyor.

10. Birden fazla kişi aynı toteme sahip olabilir. Kurt tıbbıyla çalışan birçok insan tanıyorum. Her birinin çalışma biçiminde ortak noktalar olsa da, farklılıklar da mevcuttur. Kurtta yansıyan arketipsel enerjiler ve ruh, her birey için benzersiz bir şekilde tezahür eder, çünkü her insan benzersizdir. Totem'in oynadığı rol, bireye özgü birçok yönden farklılık gösterecektir.

Yakın ilişkiler içinde olan bireyler bir totem hayvanını paylaşabilirler. Bu totem hayvanı, ilişkiyi daha güçlü ve verimli hale getirmede bir rehber görevi görür. Totem hayvanı, çifti gözetleyebilir. Totem paylaşımı sadece çiftlerle sınırlı değildir. Şifa ve meditasyon grupları da genellikle faaliyetlerini denetlemek için bir totem hayvanını paylaşırlar.

Kurt, eşimle benim paylaştığımız bir totemdir. Her birimiz için ayrı ayrı şekillerde işe yarar, ama aynı zamanda bir çift olarak da. Birkaç yıl önce, doğum günüm zamanında eşimle birlikte Ontario'nun kuzeyine bir kano gezisi yaptık. Doğum günümün gece yarısında, uzaktan gelen kurt ulumalarıyla uyandık.

Bu eşsiz bir durumdu çünkü yılın bu zamanında nadiren duyulurlardı. Uluma sesi gece boyunca ara ara devam etti. Her seferinde ses

yükseldiğinde farklı bir yönden geliyordu. Aldığım en güzel doğum günü hediyelerinden biriydi.

Başka bir vesileyle de, kurt totemiyle fiziksel olarak bağlantı kurmayı umarak Superior Ulusal Ormanı'na bir gezi yaptık. İnsanlar Superior'u her yıl ziyaret ediyor ve hiç kurtla karşılaşmıyorlar, ancak kurt gerçekten bizim

totemimizse, inancımızı koruyup denememiz gerektiğini düşündük. Hayal kırıklığıyla bölgeden ayrılmaya hazırlanırken, ağaçların arasından güzel bir kurt çıktı ve yaklaşık 10 metre önümüzde durdu. Döndü ve bize baktı, gözleri sonsuza dek sürecekmiş gibi görünen bir süre boyunca gözlerimize kilitlendi. Sonra karşıya geçti ve ağaçların gölgelerinde bizi takip etti, ardından tekrar ormanın içine kayboldu ve bizi heyecanlandırıp kutsanmış hissettirdi.

## HAYVAN TOTEMİNİZLE TANIŞMAK

Aşağıdaki egzersiz, hayvan toteminizle tanışmanıza yardımcı olacak bir egzersizdir. Hayvanlar alemini sizin için daha etkili bir şekilde açmanıza yardımcı olmak için yaratıcı hayal gücümüzü kullanacağız. Uyduruyor olabileceğinizden endişelenmeyin. Sizin için bir anlamı olmasaydı, hayal etmezdiniz.

### Hayvan Toteminizin Uyanışı

Hayvan toteminizin enerjilerinden yaratıcı hayal gücü kullanarak yararlanmayı öğrenmek, onun şifalı gücünün ve büyüsünün uyanması için çok önemlidir.

Rahat olmak ve egzersizi önceden belirlenmiş herhangi bir düşünceyle yapmamak önemlidir. Hayvan toteminin kendini size göstermesine izin verin.

Onun sizi seçmesine izin verin, siz onu seçmeyin. Toteminizin sizin için sembolik bir anlam taşıyacağını unutmayın. Onun hakkında ne kadar çok şey öğrenir ve kendi hayatınızı nasıl yansıtabileceği üzerine ne kadar çok meditasyon yaparsanız, enerjilerine erişmek o kadar kolaylaşacaktır.

Bu gibi egzersizlerde çoğu insan, karşılaşılan görsellerin yorumlanmasında zorlanır. Doğa toteminiz bir kuş, bir memeli, hatta bir böcek veya sürüngen

olabilir. Doğa toteminiz hakkında okuyun, çalışın ve öğrenin ki onu kendinizle ilişkilendirebilesiniz. Totemi sorgusuz sualsiz kabul etmeyin. Hayal gücü harika bir araçtır, ancak doğru kullanılmazsa yanıltıcı olabilir. Toteminizi basit bir doğrulama sürecinden geçirin:

• Nasıl hissediyorsunuz?

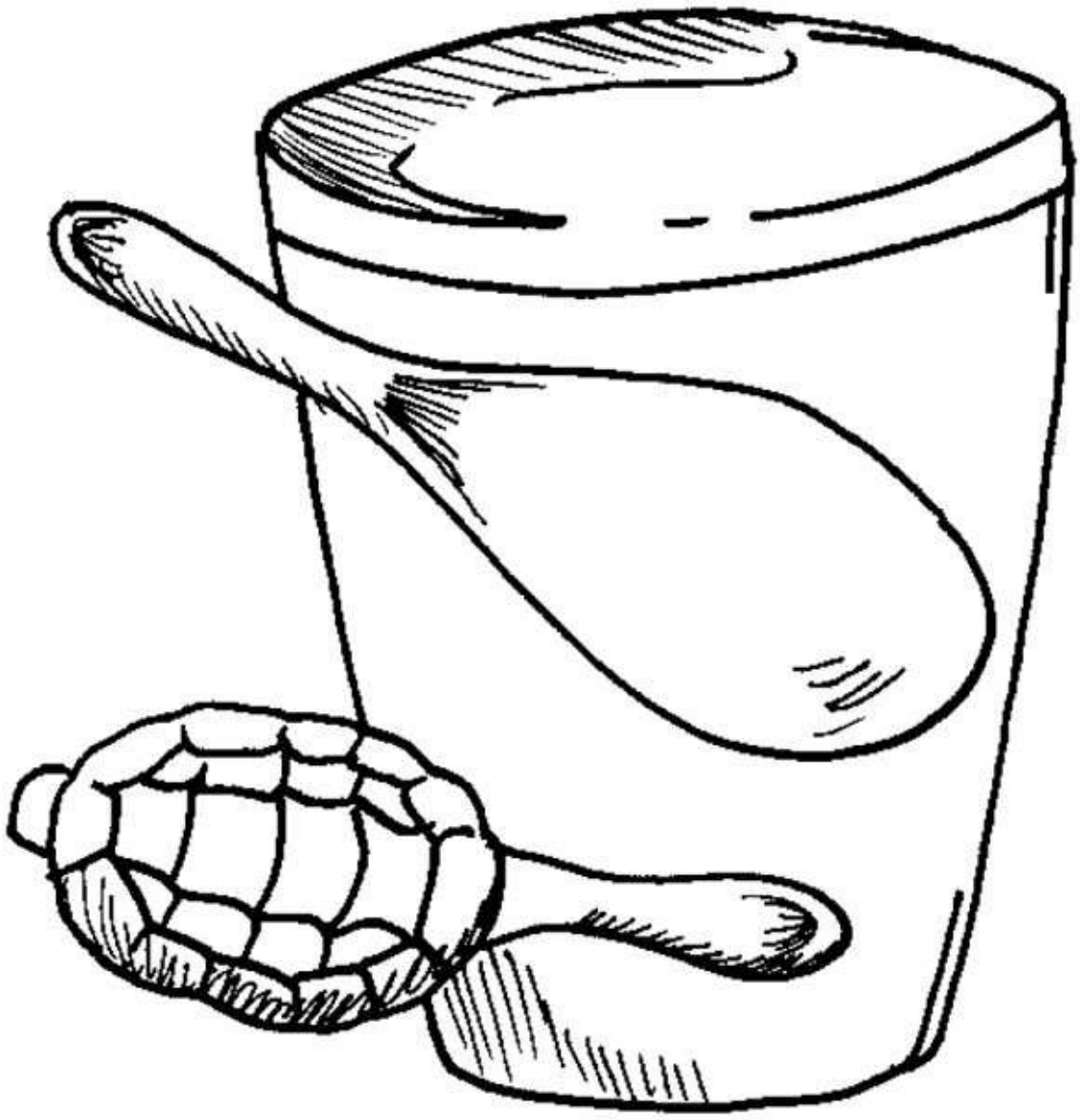
• Sizde hangi duyguları/hissiyatları uyandırıyor?

• Geçmişte ilginizi çeken bir hayvan var mıydı?

• Bu size neyi çağrıştırıyor?

• İçten gelen cevabınız nedir?

Sadece egonuzun istediği kadar göz alıcı olmadığı için onu gelişigüzel bir şekilde bir kenara atmayın. Totem sizin için oldukça uygun olabilir, ancak niteliklerini ve özelliklerini daha yakından inceleyip keşfetmeden bunu bilemezsiniz. Bu kitaptaki sözlüklerden yardım alın, ancak kendinizi bunlarla sınırlamayın. Kendi araştırmanızı yapın. Totem'in önemini ve size ve yaşam koşullarınıza olan uygulamasını araştırmak, ona saygı göstermenin bir yoludur. Bu, gerçek hayvan diline yol açabilecek bir iletişimin açılmasının ilk adımıdır.



Eğer çalışmanız ve araştırmanızdan sonra bunun sizin için bir uygulaması olmadığını düşünüyorsanız, egzersizi tekrar yapın. Eğer dişleri görünen bir totem ortaya çıkarsa veya herhangi bir şekilde korkutucu gelirse, egzersizi bırakın. Hiçbir zarar gelmez. İstediğiniz yerde bitirebilirsiniz. İstediğiniz kadar deneyimleyebilirsiniz. Totemler, sadece bir anın olduğunu ve o anın kontrolünün sizde olduğunu öğretir.

Ayrıca, korkutucu görüntülerin çoğu zaman kendi korkularınızın yansıması olduğunu da unutmayın. Bunlar aynı zamanda bir direnç ifadesi de olabilir.

Bazen, o an rasyonel olarak açıklanamayan hiçbir şeyi kabul etmemeye ne kadar programlanmış olduğumuz şaşırtıcıdır.

Çoğu insanda şu düşünce bir dereceye kadar içselleştirilmiştir: "Tanıdığın şeytan, tanımadığından daha iyidir."

İçsel dünyanızı ve doğa aracılığıyla dış dünyayla olan etkileşimini keşfetmeye başladığınızda, bu biraz rahatsız edici olabilir. Genellikle savunmasız ve korunmasız olma, kontrolsüzlük hissi vardır. Korku ve dirençle karşılaşırsanız, en sevdiğiniz evcil hayvanınızı düşünün ve onu bu egzersize yanınızda götürdüğünüzü hayal edin. Bu sizi sakinleştirecek ve onun enerjisi içsel dünyanızda her zaman size sevgi dolu ve koruyucu olacaktır.

Aşağıdaki gibi egzersizlerle, bireyler genellikle gerçek bir şamanik yolculuk yaşayıp yaşamadıklarını merak ederler. Aradaki fark, deneyimin derinliğindedir. Gerçek bir şamanik yolculukta, gerçekten içindesinizdir, hissedersiniz ve ilk elden deneyimlersiniz. Her zaman önceden belirlenmiş bir kalıbı takip etmez. Aşağıdaki gibi meditasyon egzersizlerinde, genellikle kendinizi durumu deneyimlerken veya nasıl deneyimleneceğini hayal ederken gözlemlersiniz. Zaman ve pratikle meditasyon, gerçek bir yolculuğa açılan bir kapı haline gelebilir.

Kişinin totemini keşfetmeye yönelik egzersizlerin çoğu temel bir kalıbı takip edebilir:

1. Rahatlama.

2. Bir mağaraya veya ağaca girmek.

3. Mağaradan veya ağaçtan çıkarak çayıra veya doğal alana girmek.

4. Doğanın huzurunu deneyimlemek.

5. Totem'in sahneye girmesine izin vermek.

6. Hayvanın sizinle konuşmasına izin verin; hareketleri, sesleri, şekli, rengi vb. size onun gücü hakkında bir mesaj verecektir. Hatta kendi düşüncelerinizde onun düşüncelerini bile duyabilirsiniz. Geçmişte size nasıl yardımcı olduğunu ve gelecekte nasıl yardımcı olacağını size anlatmasına veya göstermesine izin verin.

7. Kendini belli ettiği için ona şükredin ve önümüzdeki bir iki hafta içinde gerçekten sizin hayvan toteminiz olduğuna dair somut bir teyit isteyin. Bu tür teyitler birçok şekilde gelebilir. Yüzünü bir taşın üzerindeki işaretlerde görebilirsiniz. Rüyanızda size görünebilir.

Üzerinde figürler, resimler veya televizyon programları görebilirsiniz, ancak eğer gerçekten sizin toteminizse, varlığının somut bir biçimde ve tesadüften daha fazla miktarda teyidi olacaktır.

8. Mağaraya veya ağaca geri dönün ve diğer giriş noktasına doğru geri adım atın. Ardından oradan dışarı çıkın.

9. Dört veya beş yavaş, derin nefes alın ve kendinizi topraklanmış ve bağlantılı hissetmenize izin verin.

10. Doğrulama sürecinize başlayın. Totem ve nitelikleri hakkında araştırma yapın ve inceleyin. Bu niteliklerin size ve yaşam koşullarınıza nasıl uygulandığı üzerine meditasyon yapın ve düşünün.

**Hazırlık**

Davul ve çıngırak, olmazsa olmaz olmasalar da etkili enstrümanlardır. Davul ve çıngırak kullanılıyorsa, ritim yavaş ve istikrarlı olmalıdır. Davul vuruşunun sizi yönlendirmesine izin vermelisiniz. Hayal kurmamanızı, sadece oturup en az beş dakika boyunca davul vuruşunu hissetmenizi

öneririm. Bu sizi rahatlatır ve vücut ritimlerinizi davulla senkronize eder. Davul veya çıngırağınız yoksa, tekrarlayan ve rahatsız edici olmayan yumuşak bir müzik kullanabilirsiniz.

Rahatsız edilmeyeceğinizden emin olun. Telefonu kapatın, kapıyı kilitleyin ve/veya kesintiye uğramamanız için ne gerekiyorsa yapın. Kendinizi rahat hissedin. Oturun veya uzanın, hangisi sizin için daha kolaysa, ancak kanın omurga boyunca serbestçe akabilmesi için sırtınızın düz olduğundan emin olun. Gözlerinizi kapatın ve derin nefes alın. Ardından aşamalı bir gevşeme egzersizine başlayın. Vücudunuzun her bir bölümüne odaklanın, oradan sıcak ve yatıştırıcı hisler geçirin. Ayaklarınızdan başlayıp başınızın tepesine kadar ilerleyin.

Bununla biraz zaman geçirin. Ne kadar rahat olursanız, egzersiz o kadar etkili olacaktır. Zihninizin dağılmasından endişelenmeyin. Sadece kaldığınız yerden devam edin. Ardından, bundan sonra gelen sahneleri hayal edin.

**Egzersiz yapmak**

Rahatladıkça, kendinizi giderek daha hafif hissediyorsunuz. Çevredeki her şey kayboluyor ve kendi enerjinizin ve zihninizin sıcak, karanlık örtüsüne sarılıyorsunuz. Güvenli, sıcak ve rahat bir ortam.

Zihninizde yumuşak bir ışık belirmeye başlar ve yavaşça manzara açılır. Kendinizi kristal berraklığında bir su birikintisinin kenarında bulursunuz.

Gökyüzü masmavi ve uzaktaki ufukta hafif bir pus var. Yukarıda, güneş ve ay birlikte gökyüzünde görülebiliyor.

Akşam mı şafak mı olduğundan emin değilsiniz, ama bunun fiziksel ve ruhsal arasındaki perdelerin inceldiği, güçlü "Ara Zamanlar"dan biri olduğunu biliyorsunuz.

Sağınızda, havuzun sonunda bir şelale var. Şelaleden yükselen su püskürtüsü serin ve sisli, havuzla temas ettiği yerlerde ise su dalgalanarak yansımaları bozuyor. Bu da bölgeye gerçeküstü bir görünüm kazandırıyor.

Etrafınıza, yeşil çimenlere ve uzaktaki ağaçlara bakıyorsunuz ve her şey sessiz. Sanki doğa sessiz bir bekleyiş içinde. Şelaleye doğru bakıyorsunuz ve arkasında karanlık bir alan fark ediyorsunuz. Oraya doğru ilerliyorsunuz ve şelaleye yaklaştığınızda, arkasında yarı gizlenmiş bir mağara görüyorsunuz. Dikkatlice suyun arkasına, mağaranın iç karanlığına doğru adım atıyorsunuz.

İçerisi yumuşak meşalelerle aydınlatıldığı için şaşırdınız. Meşalelerden yayılan ışık, açık odaya bir sıcaklık katıyordu. Bir şekilde tanıdık geliyordu ve sanki orada olmanız bekleniyormuş gibi hissettiriyordu.

O odanın arka tarafında, meşalelerle aydınlatılmış bir tünel daha var. Şelalenin ötesindeki alana doğru omzunuzun üzerinden bir bakış atıyorsunuz ve sonra mağaranın içine doğru ilerliyorsunuz. İlk göründüğü kadar sıcak ve rahat bir yer burası ve arka tünele doğru ilerledikçe hafif bir baş dönmesi hissediyorsunuz ve ağzınızdan yumuşak, çocuksu bir kahkaha çıkıyor. Uzun zamandır ilk kez, dünyanın harika hazinelerini açıp keşfetmek üzere olan bir çocuk gibi hissediyorsunuz.

Odanın dışına, tünel yoluna adım atıyorsunuz ve yavaşça ilerlemeye başlıyorsunuz. Tünel iyi aydınlatılmış ve hiç rahatsızlık hissetmiyorsunuz.

Elinizi uzatıp duvarlara dokunduğunuzda, sıcaklıklarına şaşırıyorsunuz. Sanki yeryüzünün yaşam kanının duvarlardan aktığını hissedebiliyorsunuz.

İlerledikçe tünel genişliyor ve yükseliyor. Meşaleler azalıyor ve daha uzakta kalıyor, ancak havanın hala aydınlandığını fark ediyorsunuz. Sonra, yanmayan birkaç meşalenin yanından geçiyorsunuz. Durup, sönüp sönmediklerini teyit etmek için onlara dokunuyorsunuz ve sonra ileriye

baktığınızda sebebini görüyorsunuz. Tünel o kadar genişlemiş ki, güneş neredeyse elli metre geriye kadar nüfuz edebiliyor.

Tünelin sonunun ötesini görebiliyorsunuz. Uzakta bir nehir ve yemyeşil çimenler var. Güneş ışığı, yaz sabahındaki çiğ taneleri gibi çimenlerin üzerinde parıldıyor. Tarlanın karşısında, zengin, koyu yeşil bir ormanın kenarı uzanıyor. Sadece bir an duraklıyorsunuz, sonra son elli metreyi koşuyorsunuz ve tünelden çıkıp bu güzel çayırın sıcak güneş ışığına dalıyorsunuz.

Güneş yüzünüzü ısıtıyor, çimenler ayaklarınızın altında yumuşacık. Burnunuz bal ve bahar çiçeklerinin kokusuyla okşanıyor. Hava tatlı, başınızı geriye doğru eğip kollarınızı genişçe açıyorsunuz. Bu çayırın güzelliğine ve hafifliğine hayran kalıp dönüyor, kıvrılıyor ve gülüyorsunuz.

Nehrin yanında büyük, yaşlı bir meşe ağacı var. Etrafı, şimdiye kadar gördüğünüz en yeşil ve en gür çimenlerle çevrili. Koşarak yanına gidiyorsunuz ve altına oturuyorsunuz. Uzanıp yumuşaklığında yuvarlanıyor ve tatlı kokusunu içinize çekiyorsunuz. Sonra doğruluyorsunuz. Ağacın yanında, sanki bir sandalyeye oyulmuş gibi duran bir taş var.

Üzerine oturuyorsunuz ve oturduğunuz anda, vücudunuza mükemmel bir şekilde uyduğunu fark ediyorsunuz. Hayretle kıkırdıyorsunuz. Derin bir nefes alıyorsunuz ve bu sandalyeden etrafınıza bakıyorsunuz. Sessiz ve huzurlu bir yer ve bu çayırın mutlaka yaban hayatının geldiği bir yer olduğunu biliyorsunuz ve bir an için hayvanları ve kuşları böyle güzel bir yere sahip oldukları için kıskanıyorsunuz.

O taş sandalyeye oturup doğanın güzelliğinin tadını çıkarıyorsunuz. Sanki her nefes alışınızda onun bir parçası olmaya daha da yaklaşıyorsunuz ve o da sizin bir parçanız olmaya daha da yaklaşıyor.

Sonra birden nefesiniz kesilir. Ormanın kenarında, gözünüzün ucuyla bir hareket görürsünüz. Nefesinizi tutarsınız. Belki de biraz vahşi hayvan göreceksiniz. Sonra ağaçların arasından bir hareket gelir.

Üzerinizden süzülebilir ya da çayıra doğru çıkabilir. Bir hayvan görüş alanınıza girdiğinde, sessizce oturup izleyin. Zorlamayın.

Bırakın kendini size göstersin. Ve bunu yaparken, gözleri sizi arar ve bakışlarınızı yakalar.

Daha önce hiç bu kadar harika, bu kadar eşsiz bir şey görmemiştiniz. Bu tür hayvanlar her zaman vahşi ve ulaşılmaz görünmüştü. Yaklaştıkça korku yok, sadece tanıma ve hayret var. Bu kesinlikle bir rüya olmalı! Sonra, sanki düşüncelerinize cevap verircesine, bir ses çıkarıyor, bir hareket yapıyor, bir jest yapıyor ve gözlerinizi ona dikiyorsunuz. O anda anlamaya başlıyorsunuz. Geçmişte size nasıl yardımcı olmuş olabileceğine dair anıların izlerini yakalıyorsunuz. Şimdi neden her zaman ona hayran kaldığınızı biliyorsunuz. Ve sonra tünele doğru hareket etmeye başlıyor. Duruyor ve size bakmak için dönüyor, sanki devam etme zamanının geldiğini söylüyor gibi. Ayağa kalkıp onu takip etmeye başlıyorsunuz. Tünelin ağzına yaklaştığınızda bekliyor. Çok yakın; birkaç adımda ona dokunabilirsiniz.

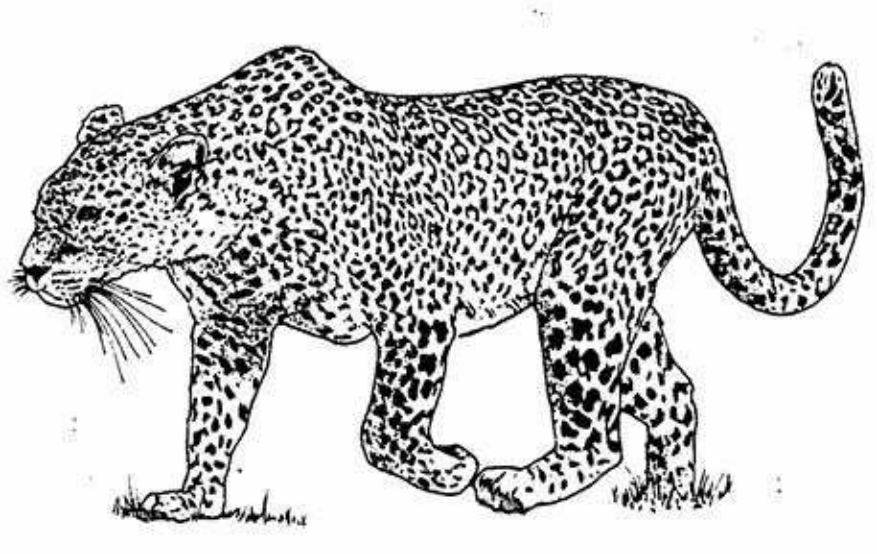
Dikkatlice, nazikçe elinizi ona doğru uzatıyorsunuz, ancak eliniz ona dokunacak kadar yaklaşmadan önce, sıçrayıp ormanın kenarına doğru geri kaçıyor. Bir an duruyor, size bir kez daha bakıyor ve sonra yeşilliklerin arasında kayboluyor.

Anlıyorsun. Bir ilişki geliştirmek zaman alacak. Birbirinizden öğreneceğiniz çok şey var. O zamana kadar sabırlı olmalısınız. Tatlı bir hüzünle gülümsüyorsun ve sonra tünelin içine geri dönüp şelaleye doğru ilerliyorsun.

Mağaradan çıkıp şelalenin arkasına geçtiğinizde, kristal havuzuna bakıyorsunuz. Yansımanızın dalgalandığını görüyorsunuz ve yansımanızın arkasında hayvan toteminizin şeklini görüyorsunuz. Nefesinizi tutuyorsunuz ve size açıldığı için teşekkür ederek gülüyorsunuz. Tam bunu yaparken,

Görüntü kaybolur ve etrafınızdaki sahne solmaya başlar. Yine kendi zihninizin sıcak karanlığındasınızdır. Derin nefes alıp kendinizi çevrenize geri bırakırken, toteminizin görüntüsü içinizde güçlü bir şekilde varlığını sürdürür.

[İçindekiler]



ÜÇÜNCÜ BÖLÜM

AVCI VE AVIN GİZEMİ VE BÜYÜSÜ

Ortalama bir insan, çevreyle olan bağlantısını ve çevre üzerindeki etkisini nadiren anlar. Çoğu insan, vahşi yaşamdan veya gerçekten doğal dünyadan uzakta, şehrin kapalı ortamlarında yaşar. Ağaçlarımız ve çimlerimiz özenle bakımlıdır. Yiyeceklerimiz önceden hazırlanmış ve paketlenmiş olarak satın alınır. Birçoğu hayvan yaşamını ya sevimli küçük oyuncak ayı figürleri ya da televizyon ve çizgi filmlerde görülen "kurnaz tavşan" türleri olarak görür. Birçok insanın gerçek vahşi hayvanlarla tek teması, şehir ortamlarında yaşamaya uyum sağlamış olanlardır - sincaplar, rakunlar, kızılgerdanlar vb.

Bu nedenle, çoğu insanın doğal dünyanın bir parçası olduğunu hissetmemesi şaşırtıcı değil. Onunla çok az bağlantı var ve bu yüzden ona karşı daha da az bir ilgi duyuluyor. Bazıları için küçük bir cazibesi olabilir, ancak çok daha fazlası için ona karşı saygı, hürmet ve anlayış eksikliği var. Dünya, sadece farklı canlılar ve bitkilerle dolu, kendi başına hiçbir yaşamı veya amacı olmayan, yalnızca bize bakmaktan başka bir görevi olmayan uzak, soyut bir nesne olarak görülüyor.

Öğretmenlik hayatımın yedi yılını şehir merkezindeki özel, alternatif bir eğitim programında geçirdim. Amacımız, davranışsal, sosyal, mali ve akademik sorunları olan öğrencileri alıp, iş hayatına giriş seviyesi pozisyonlar için eğitmekti. Öğrencilerin çoğu normal liselerde işlev göremez durumdaydı ve muhtemelen örgün eğitimlerini asla tamamlayamayacaklardı. Okuma yazma bilmemek yaygındı ve sabıka kayıtları sık rastlanan bir durumdu. Ve çoğu, şehir otobüslerinin onları taşıyabileceği yerlerden daha öteye gitmemişti.

Bu programdaki son yılımda bir dizi saha gezisi düzenledim. Bu gezilerden biri, yaklaşık 80 kilometre uzaklıktaki Cincinnati Hayvanat Bahçesi'neydi. Sadece birkaç kişi daha önce hayvanat bahçesine gitmişti ve onlar da çok küçükken gitmişlerdi. Tepki inanılmazdı.

Hayatımda böylesine saf bir hayret, huşu ve heyecan görmemiştim. Her döndüğümde öğrenciler nefes nefese yanıma koşuyor, gördükleri "garip" hayvanları anlatıyorlardı. Her yönden "Gel bunu gör!" diye çekiliyordum. Genellikle soğuk ve boş görünen gözler birdenbire kocaman açıldı ve canlandı. Nadiren gülümseyen öğrenciler birden neşe saçtı. Genellikle kavga edenler ise açık ve arkadaş canlısıydı.

Ve hepsi de, kendilerini sert ve yetişkin olarak kanıtlamaya alışmış olanlar, kaybettikleri veya hiç yaşamadıkları çocukluk keşiflerinin harikalarından birini deneyimleme fırsatı buldular.

Bu durum her birine derinden dokunmuştu. Otobüste dönüş yolunda sohbetler taze ve canlıydı, hatta en sevdikleri hayvanlar hakkında aralarında hafiften tartışmalar çıksa bile. Kısa süre sonra sohbetler azaldı ve öğrenciler sessiz bir tefekküre daldılar. Okula yaklaştıkça duruşlar değişti. Değişikliklerin bazıları inceydi. Sessiz tefekkür yerini metanet maskelerine bıraktı ve gözler tekrar boş ve okunamaz hale geldi. Diğer değişiklikler o kadar ince değildi. Bazı öğrenciler kıpırdanmaya başladı. Sohbetler tekrar

başladı, ancak artık neşeli ve hayvanat bahçesinin eğlencesine odaklı değildi. Bazıları aniden hayvanat bahçesindeki kendi davranışlarından ve hayvanlara duydukları çocuksu heyecandan utanmış gibi görünüyordu. Otobüsteki diğerlerine poz vermeye ve durumu geçiştirmeye başladılar. Bazıları sessizce gergindi, gözleri etrafta dolaşıyor, günün çocuksu coşkusunun onları tekrar rahatsız edip etmeyeceğini anlamak için diğerlerinin yüzlerini inceliyordu. Gülümsemeler kayboldu ve hatta birkaçının gözleri yaşardı. Tatlı bir hüzün anıydı.

Bu gezi, hayatlarının geri kalanında faydalanabilecekleri bir anı yaratmıştı, ama aynı zamanda dünyanın algıladıklarından ne kadar farklı olduğunu da hatırlatmıştı. Mahallenin dışında keşfedilecek çok şey olduğunu hatırlatmıştı. İşte o zaman gerçekten bir tür kültür şoku yaşadıklarını anladım.

Bu garip hayvan dünyasına dalmaya hazır değillerdi. Evet, hayvanat bahçelerinin ne olduğunu biliyorlardı ve televizyonda hayvan ve hayvanat bahçesi tasvirlerini görmüşlerdi, ama aynı şey değildi. Yaşadıkları deneyim hayret, şaşkınlık ve hatta yönelim bozukluğuna yol açtı, ancak aynı zamanda mevcut gerçekliklerine dair yeni bir bakış açısı da tetikledi. Dünya artık aynı değildi. Artık şehrin mahallelerinin beton ve kaldırımlarıyla sınırlı değildi. Hayal ettiklerinden çok daha büyük ve karmaşıktı ve bu onları korkuttu.

Bu durum biraz uç bir örnek olsa da (çok yaygın olmasa da), çoğu insanın doğal dünyaya dair çarpık algılara sahip olduğunu ortaya koydu. Hayvanlar çoğu insan için yabancı yaşam formlarıdır. Davranışları ve faaliyetleri garip, gizemli ve insan yaşamından tamamen kopuk görünmektedir. Günümüz toplumunda hayvanlar ve doğal dünya hakkındaki yanlış varsayımlar çok yaygındır.

Doğal dünyanın muhtemelen en gizemli ve dolayısıyla en yanlış anlaşılan yönü, avcı ve av gizemidir. Çoğu insan, avcı ve av denildiğinde, kastedilenin

öldürenler ve öldürülenler olduğunu varsayar. Gerçek şu ki, hayvan dünyasında çoğu bu iki uç nokta arasında yer alır. Bazen avcı aynı zamanda avdır. Bir yılan bir kurbağayı yutar, ancak daha sonra bir kızıl kuyruklu şahin tarafından yakalanıp yenir.

Avcı-av ilişkisi sürecini incelediğimizde ve bunun doğal ve manevi önemini öğrendiğimizde, yanlış algılarımız ortadan kalkmaya başlar.

Parçalanmaya başlıyoruz. Hayvan dünyasında, özellikle de bizimle olan ilişkisinde, bir güç ve sihir olduğunu anlamaya başlıyoruz. Her türün, ekosistemde diğer her hayvan ve insanla şaşırtıcı şekillerde bağlantılı olduğunu fark etmeye başlıyoruz.

Avcılar ve avlar her yerde bulunur. Avcı, canlı avı yakalama yeteneğine sahip olan olarak tanımlanabilir. İnsanlar çoğu zaman avcı hayvanların güzelliğine, gücüne ve ihtişamına hayran kalmışlardır. Onların vahşi özgürlüklerine hayranlık duymuşuzdur. Avcı kuşlar, otoritenin etkileyici sembolleri ve savaşın müthiş alametleri olmuştur.

Doğada avcı ve av arasında her zaman bir mücadele olmuştur ve ödül her zaman yaşamdır. Baykuşlar fare avlarlar.

Ötücü kuşlar böcek arar, şahinler ise ötücü kuş arar. Avlanma süreci zaman, sabır ve beceri gerektirir. Duyuları keskinleştirir.

En güçlü, en tetikte ve en bilgili olanlar hayatta kalacak. Hayvanlar yakalanmaktan kaçınmaya çalışarak daha güçlü ve daha akıllı hale gelirler.

Doğadan gelen ruhani totemlerle çalıştığınızda, avcılığın gizemi ve gücü kendi yaşamınızda uyanacaktır.

Onu tam anlamıyla anlamak, kendi yaşam koşullarınız ve çevreniz içinde sihrini gösterebilmeniz için gerekli olacaktır. Doğal dünyadaki avlanma,

insanlar için dört temel ders içerir. Bu derslerin her birinin kendine karşılık gelen bir sihir biçimi vardır.

Mistik düzeyde, her biri dört yönden birine ve dört elementten birine de bağlanabilir. Bu bağlantılar elbette geneldir. Kesinleşmiş değildirler. Sadece avlanmayı pratik, büyülü bir bakış açısıyla anlamak ve onunla çalışmak için bir başlangıç noktası sağlarlar. Ayrıca, eğer onlarla çalışmayı öğrenirseniz, doğal dünyadaki avlanma gizemlerinde bulunan evrenselliği ve dengeyi yansıtır. Bu dersleri, bağlantılarını ve büyüsünü anlamak, ruh totemlerinin kullanımı yoluyla hayatınızı daha yaratıcı, iyileştirici ve manevi hale getirmenin anahtarıdır.

**YAŞAM, ÖLÜM VE YENİDEN DOĞUŞ DERSİ**

SİHİR: YÖNLENDİRME

ELEMENT: ATEŞ

YÖN: GÜNEY

Yaşam ve ölüm, deneyimlediğimiz en yaratıcı iki süreçtir. Yine de her ikisi de gizem ve batıl inançlarla doludur. Yaşamı anlamak çoğu insan için zordur ve ölümü kabul etmek de çoğu insan için zordur. Bunun etrafında muazzam bir korku inşa ettik. Hem yaşamda hem de ölümde yer alan süreçler karmaşıktır. Doğum ve ölüm, karşılaşabileceğimiz en büyük değişimlerdir, ancak tek değişimler değildir.

Doğum ve ölümü incelerken, onları nihai durumlar olarak değil, değişim veya geçişler olarak görmeliyiz. Değişim, yaşamımız boyunca birçok düzeyde ve birçok farklı zamanda gerçekleşir. Değişimler birer nimettir. Yeni büyümenin işaretleridir. Kayıp ve kazanç göreceli terimlerdir, ancak bizi yeni yollar keşfetmekten alıkoyan her zaman ölüm veya değişim korkumuzdur. Günlük olarak geçirdiğimiz değişimler, tüm yaşam, ölüm ve

yeniden doğuş sürecinin minyatür aynalarıdır. Birçok eski gelenek, geçiş ayinlerini, doğum, ölüm ve yeniden doğuşun sembolik ritüellerini içeriyordu. Bir kişi, yeni bir hayata yeniden doğmak için yaşamın bir aşamasında ölürdü. Her gün bir şekilde eskiden vazgeçip yeniyi yaratmaya zorlanıyoruz. Her birimiz yaşam koşullarımız tarafından sınanıyoruz.

Ruh hayvanları ve totemlerle çalıştığınızda, bu gizem daha da belirginleşecektir. Günlük hayatınızdaki küçük ölümleri ve yeniden doğuşları görmeye başlayacaksınız. Bunları toteminizin ritim ve kalıplarıyla aynı şekilde görmeye başlayacaksınız. Yaşam ve ölüm sürecini, hayatınızın bazı yönlerini sonlandırmak ve yenilerini yaratmak için nasıl kullanabileceğinizi görmeye başlayacaksınız.

Doğal dünyadaki avlanma, bize ölüm korkusunu yenmeyi ve hayata yüksek saygı duymayı nasıl geliştirebileceğimizi öğretebilir. Doğal dünyadakiler ölümden endişe duymazlar. Odak noktaları yaşamaktır. Ölüm yaklaştığında, teslim olmadan, sonuna kadar mücadele ederler ve hayatı dolu dolu yaşarlar. Her gün ve her an olduğu gibi kabul edilir. Her günün aktiviteleri, bir sonraki günküyle aynı coşku ve yoğunlukla yaşanır. Sürekli bir şimdiki zamanda yaşama hissi vardır. Geçmiş yoktur ve gelecek kendi kendine halledilir. Her gün, hayvanın doğal enerjilerinin yeni bir canlılıkla uygulandığı yeni bir yaratımdır.

Birçok kişi, avlanmayı zulümden başka bir şeyle bağdaştırmakta zorlanıyor. Ancak avlanmanın avcı ve avı, katil ve kurbanı birbirine bağladığını hatırlamalıyız. Eski Kabalistik gelenekte buna gevşek bir şekilde uygulanabilecek bir terim vardır: "tsimtsum".

Bu, Tanrı'nın kendi kendini sınırlamasına işaret eder. Yargı, merhametten ayrıdır ve yaratılış, herhangi bir yumuşatıcı etkiden etkilenmeden yargıyı gerektirir.

“Tanrı’nın yaratılış amacıyla özünü verdiği, merhamet gücünün yumuşatıcı etkisinden etkilenmemiş, özgür bir sevgi eylemi olarak… Eğer Tanrı dünyayı yargı ve merhametin birleşik güçleriyle yaratmış olsaydı, bildiğimiz dünya olmazdı. Aslan, merhametten dolayı geyiği avlamazdı ve bunu yaparak açlıktan ölür, hayatta kalmak için avcılık becerilerine bağımlı olan tüm yırtıcıları yok olmaya mahkum ederdi. Biz de diğer yaşam formlarını yemezdik ve muhtemelen ağaca duyduğumuz merhametten dolayı elma yemeyi kendimizden esirgerdik. Oysa gezegendeki yaşam formlarının etkileşimi doğada mükemmel bir denge yaratıyor. Aslan sadece aç olduğunda öldürür. Sadece insan zevk için öldürür. Aslan, değişmez kozmik yasalara uygun olarak mükemmel bir yargı uygular. İnsan uygulamaz.” 4

Yırtıcılık bize ölüm olmadan yaşamın, yeniden doğuş olmadan da ölümün olmadığını öğretir. Ölümde her zaman bir kayıp ve kazanç dengesi vardır. Eski ve yeninin bir arada çalışması, verme ve alma sürecidir. Yırtıcılık bize tüm yaşamın kutsal ve diğer tüm yaşamlar için vazgeçilmez olduğunu öğretir.

Bireysel totemlerimizle çalışırken, vahşi doğadaki yaşamındaki avlanma sürecinin, kendi çevremizdeki yaşamımızı nasıl yansıttığını görmeye başlayacağız. Paralellikler olacak. Beslenmek için en uygun zamanlar ve dinlenmek için en uygun zamanlar olacak. Oynamak için en uygun zamanlar ve avlanmak için en uygun zamanlar olacak. Bu paralellikler, ortaya çıkan değişikliklerden ve fırsatlardan yararlanmanıza yardımcı olacaktır. Bireysel totteminizin avını, ister başka bir hayvan ister bitki krallığından bir şey olsun, incelemek, yaşamınızda yeniden doğuşu nasıl yaratacağınızı görmenize yardımcı olacaktır.

Şamanlar genellikle dengeli ilaçlarla çalışırlar. Örneğin, baykuş tıbbı ile çalışan bir şamanın kokarca tıbbını da incelemesi faydalı olacaktır.

Aynı şekilde, kokarca büyük boynuzlu baykuşun en sevdiği yiyecektir. Bir şahin bir ördeği yakalar. Bir kızılgerdan bir solucanı çeker. Bir kurt sürüsü bir geyiği avlar. Avlanma, avcı ve avı birbirine bağlar, onları karmaşık bir yakınlıkla birleştirir.

Hem avcı hem de avın birleşik niteliklerini (şifasını) inceleyerek, ölüm ve yeniden doğuşun güçlerine daha kolay erişilebilir hale gelirsiniz. Totemlerin (avcı ve av) dengesi, ölüm ve yeniden doğuş sürecinin doğal ritimlerini tanımanızı ve daha etkili bir şekilde kullanmanızı sağlar. Hem avcı toteminin hem de av toteminin enerjileriyle çalışmak, yaşam geçişlerini daha az kaotik ve yıkıcı hale getirecektir. Sonuç olarak, yaşamınız daha yaratıcı ve üretken hale gelir.

Yaratılışın büyüsü, hayatınızdaki ölümleri yeniden doğuş fırsatları olarak kullanmayı öğrenmeyi içerir. Hayatın döngülerini - iniş çıkışları, yüksek ve düşük noktaları - kendi avantajınıza kullanmayı öğrenmeyi içerir. Göreceğiniz gibi, her hayvanın doğal bir döngüsü vardır. Bazıları daha tanımlanabilir olsa da, hayvanın daha aktif veya daha az aktif olduğu zamanlar vardır. Eğer hayvan sizin toteminiz ise, onun ritimlerini ve doğal döngülerini kendi hayatınıza uygulamak sizi daha verimli hale getirecektir.

Ateşin ve güney yönünün bu dersle ilişkilendirilmesinin temel nedeni budur. Ateş hem yıkıcı hem de yaratıcıdır. Arındırır ve cürufları yakarak altının parlamasını sağlar. Küllerinden yeniden doğan anka kuşunun gizemidir. Ateş, kalbin elementi, tutkuların ve sevginin merkezidir ve hayatlarımızı yeniden yaratmamıza yardımcı olabilir. Yeniden doğuş ve diriliş elementidir ve bu ders, deneyimlerimizin ateşini kullanarak hayatımızda olumlu değişiklikler yaratmamızı sağlar.

Yaratım bir süreçtir, nihai bir hedef değil. Hayatınızdaki değişim, yaratıcı sürecin aktif olduğunu yansıtır. Çoğu insan hayatında değişiklikler ister, ancak bunların ne olduğunu fark edemez. Onları zor ve çoğu zaman kaotik

bulurlar. Geçiş dönemleri hareket içerir. Bu hareket ve beraberindeki zorluklar ve kaos, bizi en yaratıcı halimize getirirken, hayatın her zaman sürekli bir yaratım sürecinde olduğunu hatırlatır. Buna katılmayı veya görmezden gelmeyi seçebiliriz. Eğer katılırsak, özellikle ruhani totemlerle çalışarak, ölüm ve yeniden doğuşun derslerini öğrenir ve hayatlarımız yaratımın büyüsüyle dolar.

**Büyülü Egzersizler**

1. Bu basit meditasyon/görselleştirme son derece etkilidir. Bunun için, bir yırtıcı hayvan ve onun en yaygın avı hakkında bilgi sahibi olmanız gerekir. Eğer zaten bir yırtıcı hayvan toteminiz varsa onu kullanın, yoksa sizi her zaman büyülemiş olan hayvanlar dünyasından bir yırtıcı hayvan seçin.

Hayatınızdaki kötü bir alışkanlığı, rahatsız edici bir durumu veya olumsuz bir şeyi av hayvanı olarak hayal edin. Ardından kendinizi avcı olarak hayal edin. Alışkanlığı yuttuğunuzu, ortadan kaldırdığınızı ve sonuç olarak daha güçlü hale geldiğinizi görün.

Bu görselleştirmede avcının doğal avlanma döngüsünü kullanın. Eğer avcı ağırlıklı olarak gece avlanıyorsa, egzersizi gece yapın. Eğer gündüz avlanıyorsa, o zaman yapın.

Bu egzersize günde sadece 5-10 dakika ayırın, ancak içine bolca duygu ve tutku katın. Bir hafta içinde farkı görmeye başlayacaksınız. Sonuç olarak kendinizi daha güçlü, daha sağlıklı ve daha özgüvenli hissedeceğinizden emin olun.

2. Bu egzersizin bir varyasyonu, hayatınızda değişiklikler yaratmak için de kullanılabilir. Yine avcı ve av imgelerini kullanın. Ancak bu durumda, av, hayatınızda yapmak istediğiniz bir değişikliği veya şu ana kadar elde edemediğiniz şeyleri temsil edecektir. Değişiklik, zeki ve şu ana kadar sizden kaçmış bir av hayvanı şeklinde görselleştirilmelidir.

Kendinizi avlanırken, takip ederken ve avınızı kovalarken hayal edin. Kovalamanın ve ödülü yakalamanın hissini zihninizde canlandırın. Sonuç olarak kendinizi daha güçlü, daha mutlu ve daha tatmin olmuş hissedin. Bazen yapmak istediğimiz değişiklikler karmaşık ve birkaç adımdan oluşur. Her adım bir av hayvanı olarak görülebilir ve bir sonraki adım daha büyük bir ödül olabilir. Örneğin, avcınız kızıl kuyruklu bir şahin ise, ilk adımı bir fare, ikinci adımı bir yılan ve üçüncü adımı bir tavşan olarak hayal edebilirsiniz.

Değişimin tamamlanmasını istediğiniz gerçekçi bir zaman dilimi belirleyin ve değişimin her adımı için de zaman çerçevesini belirleyin. Her adım tamamlanana kadar günde yaklaşık beş dakika boyunca bu avcı-av ilişkisini zihninizde canlandırın ve ardından bir sonrakine geçin. Hedeflerinize ne kadar daha hızlı ve kolay bir şekilde ulaşacağınıza şaşıracaksınız.

**Yaşam, Ölüm ve Yeniden Doğuş Dersi**

Hindi akbabası bu dersin en güzel örneğini sergiliyor. Leş yiyen bir hayvan olabilir, ancak ölümden sonra ortalığı temizleyerek hastalıkların diğer hayvanlara ve çevreye bulaşmasını önler. Böylece yaşamı sürdürür ve yeniden doğuşu mümkün kılar.

**UYUM SAĞLAMA DERSİ**

BÜYÜ: ŞEKİL DEĞİŞTİRME

ELEMENT: SU

YÖN: BATI

Adaptasyon, bir hayvanın belirli bir yerde belirli bir şekilde yaşama doğal yeteneğidir. Fiziksel adaptasyonlar ve davranışsal adaptasyonlar olmak üzere iki türü vardır. Bir tilki, yazın ısıyı dağıtmak için uzun kulaklarını,

kışın ise yüzünü ve burnunu soğuktan korumak için gür kuyruğunu kullanır. Bu, fiziksel bir adaptasyondur. Bir geyik, yiyecek kaynağına giderken izlediği yolu ve patikaları sürekli değiştirir, nadiren aynı yolu iki kez kullanır. Bu, hareketlerini daha az tahmin edilebilir hale getirerek onu yırtıcılardan korumaya yardımcı olur. Bu, davranışsal bir adaptasyondur.

Her iki adaptasyon biçiminin sonucu da yaşamdır. Bir yırtıcı hayvan çok fazla uzmanlaşırsa, nesli tehlikeye girebilir. Güney Florida'nın salyangoz atmacası buna iyi bir örnektir. Sadece büyük bataklık salyangozlarıyla beslenir. İyi bataklık alanlarının kaybıyla, atmacanın birincil besin kaynağı da ortadan kalkmıştır.

Sayısı azaldı ve artık nesli tehlike altında olan bir tür.

Diğer uçta ise hemen hemen her şeyi yiyen çakal bulunur. Çakal ülke genelinde bulunur. Şehirlerde, ovalarda, dağlarda ve çöllerde görülebilir. Kendi avını öldürür veya başkalarının avlarını yer. Ayrıca yiyecek bulmak için çöp kutularını karıştırdığı da bilinmektedir. Çevreye uyum sağlama ve bulabildiği her yerde yiyecek ve barınak bulma yeteneği, hayatta kalmasını ve gelişmesini sağlamıştır.

Çoğu yırtıcı hayvan bu iki uç nokta arasında yer alır. Çoğu birkaç türe bağımlıdır. Çoğu, koşullar gerektirdiğinde iştahlarını değiştirebilir ve uyum sağlayabilir. Toteminizin çevresine nasıl uyum sağladığı ve hayatta kaldığı, kendi çevrenizde nasıl en iyi şekilde uyum sağlayabileceğiniz ve hayatta kalabileceğiniz konusunda ipuçları verir.

Farklı hayvanlar, aynı ortamda yaşasalar bile, farklı şekillerde uyum sağlarlar. Örneğin, daha sıcak iklimlerde, totemler daha çok gececi hale gelebilir. Eğer bu hayvan totemlerinden birine sahipseniz, bu size gece daha verimli çalışabileceğinizi gösterebilir.

Sıcak iklimlerde yaşayan bazı hayvanların, örneğin çöl tilkisi veya tavşan gibi, vücutlarındaki fazla ısıyı dağıtmaya yardımcı olmak için büyük kulakları vardır.

Tilki totemine sahip olan ve yaz aylarında sıcaklarla başa çıkmakta zorlanan kişilerin saçlarını kulaklarının arkasına toplamaları faydalı olacaktır. Tilki ısıyı kulakları aracılığıyla dağıttığı için, tilki şifasıyla bağlantılı olanlar bunun kendileri için de işe yaradığını göreceklerdir.

Daha sıcak iklimlerde yaşayan diğer hayvanlar, ısıyı dağıtmak için nefes nefese kalma yöntemini kullanabilirler. Bu tür bir toteme sahip olanlar, kendi sıcak ortamlarında kendilerine yardımcı olacak yeni nefes alma yöntemleri ve ritimleri öğrenmelidirler. Bu nefes alma yöntemleri ve kalıpları, yalnızca iklimden değil, aynı zamanda ortaya çıkabilecek herhangi bir sıcak durumdan da ısıyı dağıtmalarına yardımcı olarak serin kalmalarını sağlayacaktır.

Totemlerinizin hayatta kalma tekniklerini incelemek, kendi hayatınızda daha etkili bir şekilde hayatta kalmak için odaklanabileceğiniz faaliyetler (davranışlar) veya fiziksel özellikler hakkında ipuçları sağlayacaktır. Örneğin, toteminiz bir kerkenez ise, çevrenizdeki ince hareketlere daha fazla dikkat etmeniz gerekebilir. Çoğu yırtıcı kuş harekete güçlü bir şekilde tepki verir. Bir kerkenez, gökyüzünde 30 metre yükseklikten bir böceğin hareketini fark edebilir.

İnce hareketlere yakından dikkat etmek, fırsatlar ortaya çıktığında bunları fark etmenizi ve bunlardan yararlanmanızı sağlayacaktır.

Toteminizi keşfettikten sonra, onun çevresine nasıl uyum sağladığını öğrenin. Ardından, aynı tür uyumu kendi çevrenize uygulamayı deneyin. Bu totem, yaşam ortamınızda başarılı bir şekilde uyum sağlamanız ve verimli olmanız için en iyi yol hakkında ipuçları verir.

Su ve batı yönü, bu özel ders için en uygun elementtir. Su, kabının şeklini alacak ve en az dirençli yolu izleyecektir. Hayal gücünün kullanımıyla duyguların değişimini yansıtan elementtir. Su, yaşamı çeşitli derecelerde emebilir ve yoğunlaştırabilir.

Adaptasyon, yaşamımızdaki suların ihtiyaçlarını karşılamak için değişme yeteneğidir. Çevremizdeki sular gibi değişebilmeliyiz. Onlara binebilmeli ve onlarla birlikte akabilmeliyiz, ancak onların içinde kaybolmamalıyız.

Su, genellikle sezgi, rüyalar, içsel vizyon ve yolculuklarla ilişkilendirilir. En eski ulaşım biçimlerinden biridir.

Akmayan su durgunlaşır. Bu, ihtiyaçlara göre akma ve değişme doğal yeteneklerimizi her zaman kullanmamız gerektiğini hatırlatır.

Su, çevresine uyum sağlayacaktır.

Toteminizin uyum sağlama yeteneklerini taklit etmek, şekil değiştirme büyüsüne giden bir adımdır. Şekil değiştirme doğaldır, tüm insanlar için içgüdüseldir. Okul gezisindeki öğrencilerle ilgili anlattığım hikayede, otobüs yolculuğunda yaşanan davranış değişikliği, uyum sağlamanın doğal bir örneğiydi. Gezinin eğlencesinden ve güvenliğinden, kendi yaşam ortamlarına döndüklerinde hayatta kalmak için ihtiyaç duyacakları duruş ve pozisyonlara geçmeye başladılar.

Her gün, günlük zorluklarla, sorumluluklarla ve yükümlülüklerle başa çıkmak için enerjinizi değiştirirsiniz. Ne zaman ve nasıl gülümseyeceğinizi hayatınızın erken dönemlerinde öğrenirsiniz.

Ne zaman ciddi olmanız gerektiğini, ne zaman ders çalışmanız gerektiğini biliyorsunuz. Hangi aktivitelerin ve duruşların sizi daha savunmasız veya daha az savunmasız hale getirdiğini öğrendiniz.

Şekil değiştirme, eski mitlerde ve öykülerde sıkça anlatıldığı gibi kendinizi bir canavara dönüştürmekten ibaret değildir. Bu, yaşam durumunun gerektirdiği her şeye uyum sağlamak için enerjinizi en üst düzeyde kontrol etme ve kullanma meselesidir. Toteminizin duruşunu ve tavrını benimsemeyi öğrenmek bunu kolaylaştıracaktır ve bu kitap size bunu öğretecektir.

Şekil değiştiren kişi, koşullar gerektirdikçe davranışlarını iş ve yaşam biçimine uyarlayabilen ve buna göre hareket edebilen kişidir. Şekil değiştiren kişi, gelişim için aurasını ve enerjilerini manipüle eder. Gerektiğinde nazik olabilir ve yine de büyük bir güce sahip olabilir. Şekil değiştiren kişi, hoş veya hoş olmayan değişikliklere uyum sağlayabilir. Şekil değiştiren kişi, sınırlamalar içinde yaratıcı olasılıkları bulabilir ve şekil değiştirerek sınırlamaların üstesinden gelebilir.

Bilincinizi değiştirmeyi, enerjinizi toteminizin enerjisine uyarlamayı ve onun tavır ve davranışlarını taklit etmeyi öğrenmek hayatta kalmanıza yardımcı olacaktır. Unutmayın ki, toteminiz size öğretebileceği bir şey olmasaydı size gelmezdi. Hayvan totemlerinizin uyarlanabilir davranışlarını taklit etmek ve bunları kendi yaşam koşullarınıza uygulamak, hayatınızı dönüştürebilmenin ilk adımıdır.

**Büyülü Egzersizler**

Bu alıştırma için kendi toteminizin ne olduğunu bilmenize gerek yok. Bu alıştırma esasen, enerji alanınızı -auranızı- belirli etkiler için ayarlayabileceğinizi size kanıtlamaya yöneliktir.

Eski bir atasözü der ki, tüm enerji düşünceyi takip eder. Düşüncelerinizi nereye yönlendirirseniz, enerji de oraya gider. Düşünce kalıplarımızla aurik alanımızın şeklini, renklerini ve yoğunluğunu değiştirebiliriz. Aşağıdaki

egzersizler bu yeteneği geliştirmenize yardımcı olabilir. Bu, şekil değiştirme yeteneğinin nihai aşaması için bir ön çalışma niteliğindedir.

• Bir duvara yaslanın ve kendinizi duvarın rengine bürünmüş gibi hayal edin. Duvarla bütünleştiğinizi ve onun bir parçası olduğunuzu düşünün. Bunu bir kanepeyle ve farklı desen ve renklerdeki arka planlarla deneyin.

• Kendinizi görünmez olarak görmeyi deneyin. Bu sürece yardımcı olmanın bir yolu, auranızı sizi gizleyen, etrafınızda bir sis veya pus olarak görmektir.

• Yukarıdakilere alıştıktan sonra, bunları grup ortamlarında (toplantı, parti vb.) kullanın. Gelmeden önce kendinizi hazırlayın.

Görünmez olun ya da bir yere oturup kendinizi mobilyanın bir parçası olarak hayal edin.

Yukarıdakilerin sonuçları her zaman ilginçtir. Aldığınız yorumlara şaşıracaksınız. "Ah, burada olduğunu bilmiyordum" veya "Ne zaman geldin? İçeri girdiğini görmedim" gibi şeyler hiç de nadir değildir. Ayrıca, kendinizi mobilyaların veya duvarların bir parçası olarak hayal ederken, size çarpan ve sizi görmedikleri için özür dileyen birçok insanla da karşılaşacaksınız. Pratik yaparak, istediğiniz kadar fark edilmeyi veya fark edilmemeyi öğrenebilirsiniz.

**POTANSİYELİNİZİ KULLANMANIN DERSİ**

BÜYÜ: TANIKLIK

ELEMENT: TOPRAK

YÖN: KUZEY

Her hayvan kendine özgüdür. Her türün kendine has özellikleri, güçlü ve zayıf yönleri vardır. Bu doğal yetenekler genellikle sizin doğuştan gelen

yeteneklerinizin bir yansımasıdır. Size gelen totemler genellikle geliştirilebilecek ve yararınıza kullanılabilecek içsel potansiyellerinizin sembolüdür. Daha önce ele alınan karşılık ilkesini aklınızda tutun.

Totemlerimiz olan hayvanlar bizim için birer aynadır. Öğrenmemiz gereken dersleri ve en kolay geliştirebileceğimiz yetenekleri yansıtırlar.

Onları kendimizi ve yaşam koşullarımızı anlamak için kullanabiliriz. Hayvan, sizin tarafınızdan tezahür ettirilebilen belirli bir gücün sembolü haline gelir. Kendinizi ve hayatınızı iyileştirmek için bir ilaçtır ve hayallerinizi gerçekleştirmenize yardımcı olmak için erişebileceğiniz bir güçtür.

**Adaptasyonun Dersi**

Kızıl tilki, bu dersin ve ona karşılık gelen büyünün harika bir örneğidir. Tilkinin kamuflaj yeteneği ve odaklanmış dikkati, tarih boyunca yoğun avlanmaya ve insanların yaşam alanlarına tecavüzüne rağmen hayatta kalmasını sağlamıştır.

Bu kitap size yardımcı olacağı gibi, totem hayvanınızı keşfettikten sonra onu inceleyin. Bireysel özelliklerini ve davranışlarını öğrenin. Bu özellikler ve davranışlar, hayatınızı daha verimli hale getirmek için sizin tarafınızdan da geliştirilebilir. Bu şekilde hayvan sizin öğretmeniniz olur. Avcı ve avın becerilerini geliştirerek daha güçlü ve daha bilge hale gelmeleri gibi, siz de aynı şekilde gelişeceksiniz.

Hayvanlarla ve onların sembolize ettiği ruhsal ve arketipsel enerjilerle çalışmayı öğrenenleriniz için, avcı ve av topluluğunun üyeleri bir noktada bireysel bir totem olarak hayatınıza girecektir. Bu gerçekleştiğinde, ona gerçekten hak ettiği önemi verin. Toteminizin bireysel avlanma sürecini incelemek, öğrenme, hayatta kalma ve tam potansiyelinize ulaşma yeteneğiniz hakkında fikir verecektir. Hayatınızda tezahürün büyüsünü en etkili şekilde nasıl kullanacağınıza dair ipuçları sağlayacaktır.

Avcılar çok az israf eder. Bir dağ aslanı veya ayı, avını yedikten sonra derisini ve kalıntılarını daha sonra kullanmak üzere gömer. Kurt gibi bir diğeri ise, yiyeceğin her zaman kolayca bulunamayacağını bilerek kendini tıka basa doyurur. Hepimiz avcıların az veya hiç israf etmeme eğiliminden ders çıkarabiliriz.

Bu bize yeteneklerimizi en iyi şekilde kullanmamızı ve sahip olduklarımızı israf etmememizi hatırlatıyor.

Çoğu yırtıcı hayvan yalnız avlanır. Eğer hayvan toteminiz bunlardan biriyse, bu sizin de yeteneklerinizi en iyi şekilde yalnız geliştireceğinizi veya kullanacağınızı yansıtabilir. Bazıları ise işbirlikçi avlanma teknikleri geliştirir. Kurtlar sürüler halinde avlanır ve hatta Harris şahinleri bile gruplar halinde avlanır.

Colorado'da yaşayan arkadaşım Kin Quitigua, Hawkquest adında bir eğitim programı yürütüyor. Avcı ve av arasındaki ilişkiyi öğretmek için Harris şahinlerini kullanıyor ve sık sık ABD Yaban Hayatı Departmanı tarafından diğer yırtıcı kuşların rehabilitasyonu için görevlendiriliyor.

Kin ile ilk tanıştığımda, anne babası öldürülmüş ve bu yüzden avlanmayı hiç öğrenmemiş bir altın kartalla çalışıyordu. Kartalı avlanma teknikleriyle eğitmek için Harris şahinlerini kullanıyordu, böylece sonunda vahşi doğaya salınabilecekti. Gösterilerinden birini ilk gördüğümde, iki şahininin kullandığı işbirlikçi avlanma tekniğine hayran kalmıştım. Biri alçaktan uçarak tavşanları açık alana doğru sürüklüyor, diğeri ise yüksekten gelerek avı daha da güçlendiriyordu. Bu, onların işbirlikçi yeteneklerinin olağanüstü bir gösterisiydi.

İşbirlikçi davranışlar geliştiren totemlere sahip bireyler, aynı davranışları kendi yaşamlarında da kullanmayı öğrenmelidirler. Çayır köpekleri bir topluluk halinde yaşarlar ve usta mimarlardır; her biri kendi odalarına

katkıda bulunur ve topluluklarındaki diğerlerini gözetler ve alarm verir. Bir çayır köpeği göz alıcı bir totem gibi görünmeyebilir, ancak benzersiz yeteneklere sahiptir.

Çayır köpeğini totem olarak benimseyenler, kendi yaşam koşullarında aynı tür yetenekleri geliştirme ve ortaya koyma yeteneğine sahip olacaklardır. Bu, yalnız başına yaşamaktansa, bir tür topluluk ortamında daha kolay başarılabilir. (Çayır köpeğinin ve diğer hayvanların bireysel yetenekleri hakkında daha spesifik bilgiler için on birinci bölüme bakın.) Toteminizin yaşam becerileri, kendi hayatınızı daha becerikli bir şekilde yönetmenize yardımcı olacaktır. Avlanma sürecinde, başarılı saldırı hız, pusu veya takım çalışması gibi belirli becerilerle gerçekleştirilir. Toteminizin kullandığı teknik, kendi hayatınızda daha başarılı bir şekilde uygulamayı öğrenebileceğiniz bir tekniktir. Avlanan hayvanların da bir dizi savunma mekanizması vardır. Bazıları, çayır köpekleri ve misk öküzleri gibi, sayıca üstünlükten yararlanır. Bazıları, armadilo veya kirpi örneğinde olduğu gibi, zırh geliştirir. Bazıları kamuflaj ve görünmezlik kullanır. Bazıları ise sadece vahşi bir saldırı veya yüksek bir uyanıklık kullanır. Unutmayın ki, avcıya ve en yaygın avına bakmalısınız.

İkisinin de geliştirmeniz için faydalı olacak nitelikleri var. İkisi de size hayat koşullarınıza uygulayabileceğiniz şeyler öğretebilir.

Toteminizin bireysel özelliklerini ve davranışlarını ne kadar çok anlarsanız, kendi doğal ve çoğu zaman gizli yeteneklerinizi hakkında da o kadar çok şey anlayacaksınız. Bu yetenekleri tanımaya ve ardından günlük yaşamınızda kullanmaya başladığınızda, kendinize saygı göstermiş olursunuz.

ve totem hayvanınızın ruhu. İşte bu noktada, ihtiyaç duyduklarınızı tezahür ettirmenin eskiden inandığınız kadar zor olmadığını fark etmeye başlıyorsunuz.

"Kendiniz" olduğunuzda (bu, toteminiz tarafından kısmen yansıtılır), o zaman kendiniz olmak için gerekeni yapmalısınız. Azimle devam ettiğiniz sürece, ihtiyaç duyduğunuz veya arzu ettiğiniz şeyi tezahür ettirmede başarılı olacaksınız. Şahin, şahindir. Bir ördek gibi değil, bir şahin gibi davranır. Ne olduğu nedeniyle, hayatı için gerekli ve benzersiz fırsatları tanıyabilir. Avını yakalayamazsa, yemek yiyememekten endişelenmez. Azimle devam eder. Değişmez. Daha etkili bir avcı olmak için çalışır, çünkü başarısı burada yatar.

İnsanların hayallerini gerçekleştirmelerini engelleyen en büyük şey, oldukları kişi olmaktan korkmalarıdır. Bazen bu, başkaları tarafından kabul edilmeme korkusudur. Bazen başarısızlık korkusudur. Bazen de tüm yaşamları onları gerçekte olduklarından tamamen farklı bir şekilde yaşamaya şartlandırmıştır. Korktuğumuzda, fırsatlar ortaya çıktığında onları kaçırma veya ihmal etme olasılığımız daha yüksektir.

Kendinize, içgüdülerinize ve potansiyelinize sadık kaldığınızda, korku olmaz.

Geçtiğimiz günlerde, gönüllü olarak çalıştığım Ohio, Troy'daki Brukner Doğa Merkezi'ne, rehabilitasyon için genç bir kızıl kuyruklu şahin getirildi. Kanadı kırıktı. İşimin bir parçası da kafesleri temizlemek ve hayvanları beslemek. Kafesleri temizlemek için, özellikle rehabilitasyonda olan hayvanların birçoğunun dışarı çıkarılması gerekiyor.

Bu genç şahin asla korku belirtisi göstermez. Temiz bir kafese yerleştirildiğinde, tüylerini etkileyici bir şekilde kabartır ve sanki kafese kapatılmış ve yaralanmış olsa bile eskisi kadar görkemli ve güçlü olduğunu göstermek istercesine yoğun bir şekilde bakar. Ona uzandığınızda pençeleriyle hızlı ve güçlü bir şekilde saldırır. Kalın eldivenler takılı olsa bile, pençeleri zaman zaman içeri girer ve yapışır. Bu şahin her zaman kendine sadıktır.

Kırık kanadına rağmen, yabancı bir ortamda kapalı bir alanda tutulmasına rağmen, doğal davranışlarına ve içgüdülerine sadık kalıyor. Gösteriş yapmıyor; kendini olmadığı biri gibi göstermeye çalışmıyor. Bu nitelikler, vahşi doğada hayatta kalmasını sağlayacak olan özelliklerdir. Ve bu da onu muhteşem bir yaratık yapıyor!

En doğal şekilde davranmaya ve -en basit yollarla bile olsa- doğuştan gelen yeteneklerinizi kullanmaya başladığınızda, hayatınız yoluna girmeye başlar. Hayvanlar, başarısızlığa mahkum davranış ve kalıpların verimsiz tekrarına asla takılıp kalmazlar. Gösteriş yapmazlar. Yüksek benliğinize sadık kalmaya başladığınızda, kendi ihtişamınız ortaya çıkmaya başlar ve insanlar sizde bir "yenilik" fark etmeye başlarlar.

Onlar bunu tanımlayamayabilirler, ancak bu, içlerindeki gerçek özden kaynaklanan bir asalettir.

Bu dersle ilişkilendirilen element, yönü Kuzey olan Toprak'tır. Bu element, bilgelik, sabır ve refahın sembolüdür. Dersin bir parçası da, ihtiyacımız olan her şeyi Toprak Ana'dan alabileceğimizdir. Kendimize karşı dürüst olarak, ihtiyacımız olan her şeye sahip olacağız. Toprak Ana, öğrenmek ve büyümek için geldiğimiz yerdir. Sınırlamalarımızdan kurtulmayı öğrendiğimiz yerdir. Burada, gerçek özümüzü ve bu özü hayatımızda en iyi nasıl tezahür ettireceğimizi bulma arayışımız olan Yaşam Kâsesi'ni aramaya başlarız. Eski gizem okulları "Kendini tanı ve dünyayı tanıyacaksın!" ilkesini öğretmiştir. Bu ilke, avcılığın üçüncü dersinde içsel olarak mevcuttur. Bildiğimiz şeyden pay alırız. Kendimizi ve içimizdeki hazineleri bildiğimizde, Dünya'nın hazinelerine açık hale geliriz.

Her hayvanın yetenekleri benzersizdir. Her insanın potansiyeli de benzersizdir. Doğuştan gelen yeteneklerimizin daha fazla farkına varmamıza yardımcı olacak birçok felsefe, sistem ve öğretmen vardır. Kendimizi sadece bir tanesiyle sınırlamak zorunda değiliz. Hepsinden bir şeyler kazanabiliriz.

Bu ders ve onun büyüsü, bulabildiğiniz her kaynaktan öğrenmeyi içerir. Bunu özümsemeyi, yeniden şekillendirmeyi ve bireysel olarak sizin için işe yarayan bir şeye dönüştürmeyi içerir. Öğrendiklerinizi sizin için en uygun şekilde kullanmayı içerir. İşte o zaman tezahür etme yeteneğiniz gerçekten güçlenir. Çoğu insan büyülü uygulamalarda başarısız olur çünkü çevrelerindeki insanları ve durumları manipüle etmeye çalışırlar. Büyü, kişinin kendisine uygulandığında en iyi sonucu verir. Dışarıdan içeriye doğru çalışmak yerine, içeriden dışarıya doğru çalışın. Sizin için en doğal olanı olun ve yapın, o zaman dünyanın manipüle edilmesine gerek kalmaz. Kendinizde daha fazla neşe, tatmin ve doyum bulursunuz ve böylece dünya bunu destekler.

Tavşanı yakalayamayan bir şahin, gelincik veya rakun olmaya çalışmaz. Doğal yeteneklerini -gözlerini, hızını, güçlü pençelerini- daha etkili kullanmayı öğrenir. Her avlanışında daha güçlü ve daha bilge olur. Başarılı olmasa bile, yine de korkusuzdur. Sadece bir sonraki fırsatta daha yoğun bir şekilde avlanır. Her zaman başka fırsatların olduğunu içgüdüsel olarak bilir. Kendi yeteneklerimizi anlayıp kullanmayı öğrendiğimizde, onları uygulama - hatta uyarlama- fırsatlarının olacağını içgüdüsel olarak biliriz. Şahin tavşanı yakalayamazsa, yılanı veya fareyi yakalayabilir. Fırsatlarından yararlanır.

Totemlerimiz, hayattaki fırsatlarımızı tanımamıza yardımcı olur. Kim olduğumuzu ve nasıl başarılı olacağımızı tanımlamamıza yardımcı olurlar. Bireysel yetenekleri, kendi doğuştan gelen yeteneklerimizi yansıtır. Doğuştan gelen yeteneklerimizin en üst düzeyinde yaşamayı öğrendiğimizde, dünyanın içinde tatmin için ihtiyacımız olan her şeyin olduğunu fark ederiz. Olağanüstü fırsatlar o kadar sık ortaya çıkmaya başlar ki, bunları sadece tesadüfe bağlayamayız. Mutlu bir yaşam sürmek için ihtiyacınız olandan daha fazlasını tezahür ettirebileceğinizi göreceksiniz.

**Potansiyelinizi Kullanmanın Dersi**

Bir yer sincabı, birçok giriş ve çıkışı olan karmaşık yuvalar oluşturma konusunda eşsiz bir yeteneğe sahiptir. Ayrıca mevsimsel değişikliklere yanıt olarak tüm metabolizmasını yavaşlatabilir (kış uykusu).

Bu "ölmeden ölme" hali, bu toteme sahip olanlar tarafından öğrenilebilir ve kullanılabilir.

Totemlerinizin hayatta kalmak ve av yakalamak için kullandığı aynı beceriler, yeryüzüyle olan ilişkinizde daha bilinçli ve duyarlı olmanıza yardımcı olabilir. Totemlerinizin size öğretmesine ve içinizdeki potansiyeli uyandırmasına izin vererek, dünyaya daha uyumlu ve daha duyarlı olacaksınız.

İçindeki nimetlerden faydalanabilmek.

**Büyülü Egzersizler**

1. Bu ilk alıştırma, her şeyden çok bir öz farkındalık ve öz inceleme alıştırmasıdır. Toteminizin eşsiz yeteneklerini tanıyın. Bu kitaptaki sözlükler ve kendi araştırmalarınız, iki veya üç özel niteliği belirlemenize yardımcı olacaktır.

Birkaç dakikanızı ayırın, rahatlayın ve bugünden başlayarak beş yıllık aralıklarla hayatınızı gözden geçirin. Hayatınızda bu nitelikleri başarıyla sergilediğiniz zamanları belirlemeye çalışın. Ayrıca, bu özellikleri faydalı bir şekilde sergileyebileceğiniz veya sergilemeniz gereken zamanları da görmeye çalışın. Bu, toteminizle bağ kurmanıza yardımcı olacak ve bir sonraki fırsat ortaya çıktığında daha bilinçli olmanızı sağlayacaktır.

2. Bu dersle ve onun tezahürünün büyüsüyle çalışmayı öğrenmenin bir parçası da, Dünya'dan almayı öğrenmektir.

Sahip olduğumuz her şey bize sunuluyor ve çoğu zaman da teklif ediliyor. Günlük hayatta bize hediyeler ve fırsatlar sunuluyor, ancak biz ya onları reddediyoruz ya da fark etmiyoruz. Dünyadan almayı unuttuk ve avlanma bize bunu öğretebilir.

Ne yazık ki, günümüz toplumunda şehitlik kavramına dengesiz bir bakış açısıyla sıkıca bağlıyız. Bize, acı çekmezsek gelişemeyeceğimiz öğretiliyor. Bencil olmamamız için programlanıyoruz. Dinlerimizde ve toplumumuzda sürekli vermeye ve almaya şartlandırılıyoruz. Bize asla, almanın da vermenin de zamanı olduğu öğretilmiyor.

Bu yüzden çoğu insan almayı unuttu. Hem büyük hem de küçük şeyleri almayı reddediyoruz. Hayallerimizin gerçekleşmesi için alabilmemiz gerektiğini fark etmiyoruz. İnsanlara iltifat edildiğinde, "Ne, bu eski şey mi?" veya "Ah, hayır, bugün gerçekten çok dağınık durumdayım" gibi şeyler söylüyorlar. İnsanlar yardım teklif ediyor ve biz de "Hayır, teşekkür ederim, kendim halledebilirim" diyoruz.

Küçük şeyleri –iltifatları, yardımı vb.– kabul etmezsek, evren bize büyük şeyleri göndermez. Hayatınıza daha büyük şeyleri getiren manyetik çekimi başlatan şey, küçük şeyleri kabul etmektir. Önümüzdeki birkaç hafta boyunca size sunulanları kabul etmek için zaman ayırın. Ne sıklıkla gerçekleştiğini ve ne sıklıkla reddedeceğinizi gözlemleyin. Suçluluk duymamaya çalışın ve nasıl geri ödeyeceğinizi düşünmeye kalkmayın. Sadece hediyeleri neşeyle ve özgürce kabul edin. Daha sonra daha uygun ve fırsatçı yollarla geri vermek için fazlasıyla zamanınız olacak.

Bir avcı, nasıl avlanacağını bilir. Dünya bir av fırsatı sunduğunda, peşinden gider. Sunmazsa, yemez. Potansiyelinizi tanımayı ve kabul etmeyi öğrendikçe, onu gerçekleştirmeniz için daha da büyük fırsatlar ortaya çıkacaktır.

**SORUMLU İLİŞKİLERİN DERSİ**

BÜYÜ: YÜKSEK GÖRÜŞ VE KEHANET

ELEMENT: HAVA

YÖN: DOĞU

İster avcı ister av olsun, tüm canlıların karmaşık bağlantılar ağı en güçlü şekilde trofizm veya beslenme süreci aracılığıyla yansıtılır.

Güneş enerjisi bitkiler tarafından besine dönüştürülür ve bu besin daha sonra besin zinciri boyunca ilerler. Bitkiler topraktan ve güneşten besin üretir. Çekirgeler bitkileri yer. Kurbağalar çekirgeleri yer ve bu böyle devam eder.

Bu, yırtıcı bir alışveriş; enerji yenilenden yiyene geçiyor. Bu yüzden birçok toplum, öldürdüğünüz şeyi yediğinizde, onun enerjisinin ve özünün kendi enerjinizin bir parçası haline geldiğine inanıyordu. Her şey diğer yaşam formlarıyla beslenir ve onlardan beslenir. Bağlantılar gerçek ve önemlidir.

Her aşamada, solunum, vücut ısısı ve canlıların diğer doğal işlevleri yoluyla enerji kaybı yaşanır. Bu nedenle, besin zinciri giderek daha yüksek trofik seviyelere doğru ilerledikçe, her seviyedeki birey sayısı, bir piramidin eksilen noktası gibi azalır. Hiçbir zaman geyik sayısı kadar kurt veya böcek sayısı kadar kırlangıç olamaz. Avcılar her zaman sayıca azınlıktadır.” 5

İnsanlar besin zincirinin en tepesinde yer alıyor ve bu bizi düşündürmeli. Toprakların tahrip edilmesi ve toprak ile havanın kirlenmesiyle birçok hayvan türünün yok edilmesiyle, besinlerin enerjisi bize ulaşana kadar ne durumda oluyor? Aşırı avlanma, yaşam alanlarının tahribi, kirlilik, böcek ilaçları vb. doğal avlanma dengesini bozuyor. Doğal avlanma dengesinin

bozulması, aşırı nüfus ve yetersiz beslenme yoluyla türleri zayıflatma eğilimindedir.

Bu durum, tıpkı doğada olduğu gibi insan dünyasında da yansır. Doğadaki avcı ve av ilişkisinde olduğu gibi, her insan eyleminin ardından diğer tüm dünyalardan -olumlu veya olumsuz- bir tepki gelir. Avcı ve av süreci, insanlara her eylemin sorumluluk gerektirdiğini öğretmelidir. İlk başta algıladığımızın ötesinde ilişkiler vardır.

Çoğu eski toplum bu etkileşimi kabul ediyordu. Tüm yaşamlar saygı görüyordu ve insan yaşamı diğer yaşamdan daha kutsal değildi.

Avlanmadan önce, avlanma sırasında ve avlanmadan sonra ritüeller ve törenler gerçekleştirilirdi. Bu ritüeller, birey ile hayvanın ruhu arasındaki yakın ilişkinin farkına varılmasından doğmuştur.

Bazı ritüellerde katılımcılar avlanmak için izin isterlerdi. Diğerleri ise hayvanların yaşamlarına saygı göstermek, onlara minnet duymak ve yiyecekler için şükran ifade etmek amacıyla tasarlanmıştı. Kemikler genellikle, hayvanın öldürüldüğü yere yakın ağaçlara veya toprağa, şükran ifadesi ve hayatını aldıkları için af dilemek amacıyla yerleştirilirdi. Eğer bir hayvan ruhu onlara yardım ederse, bu onurlandırılırdı.

“'Küçük Kardeşim,' diye seslendi. 'Bizi buraya getirdiğin için teşekkür ederiz. Bunca zamandır bize baktığın için teşekkür ederiz. Nereye gidersek gidelim, iyiliğini hatırlayacağız. Bize verdiğin tüyleri takacağız. Halkına saygı duyacağız ve kendi halkımıza da sana her zaman iyi davranmalarını söyleyeceğiz. Umarım çok çocuğun olur. Vay canına!'

“Ağaçkuşu havaya yükseldi, kanatlarının altındaki altını son bir kez parlatarak ormana geri uçtu.” 6

İnsanlar tüm yaşamın birbirine bağlılığını fark etmeye başlıyor. Diğer yaşam formlarının -hayvan, bitki ve mineral- kendi yaşamımızı zenginleştirmesinin birçok yolu var. Bunlar gezegenin çevresel sağlığını yansıtıyor. Gıda, giyim vb. gibi faydacı değerler de söz konusu.

Eğitimsel, estetik ve manevi bir değeri vardır. Yaşam çeşitliliğiyle temas, hayata bakış açımızı genişletir.

Hayatın enginliğini görmeye başladıkça, daha büyük, daha ruhani bir vizyon açılır. Bu vizyon hatta kehanet niteliği bile taşıyabilir. Gelişimimizin bir noktasında, hayatımızın anlık koşullarının ötesini görmemiz gerekir. Hayatımızın diğer tüm hayatlar üzerindeki daha büyük etkilerini görmeliyiz. Biz ayrı değiliz. Her şeyle ilişki içindeyiz.

Bu daha yüksek vizyon, avlanma dersinin büyüsüdür. Ayrıca, hava elementi ve doğu yönüyle ilişkilendirilmesinin nedeni de budur. Hava ve doğu, yaratıcılık, ilham ve daha yüksek farkındalıkla ilişkilendirilir. Hava elementi genellikle zihnin güçlerini, yeni bilgeliği ve daha yüksek sezgiyi temsil eder. İrade gücünün uygun kullanımı yoluyla öz denetim gücüdür.

Hava, yeryüzünü ve gökyüzünü birbirine bağlar. Her şeyin birliğinin sembolüdür. Bu gezegendeki tüm yaşamı bir arada tutan şeydir. Hava olmadan hiçbir şey yaşayamaz. İlişkilerin incelikli etkisidir. Bağlantılar her zaman görünür değildir, ancak her zaman mevcuttur.

Hava elementi, zihnin genişlemesidir. Zihnin işleyişini kontrol etmeyi ve Dünya ile gökler, hayvanlar ile insanlar ve tüm yaşam arasındaki bağlantıları görmeyi öğrenmektir. İkinci bölümde göreceğimiz gibi, tüm kuşlar bir dereceye kadar hava elementiyle ilişkilidir. Özellikle yırtıcı kuşlar, ilişkiler dersini öğretir. Avlanmanın sadece dünyevi bir yönü olmadığını anlamamıza yardımcı olurlar. Tüm yaşamın inceliklerini ve hayatımıza ve

ilişkilerimize yeni bakış açıları getiren o yükseklikliere nasıl uçulacağını öğretirler.

Birçok yerli Amerikan toplumunda önemli bir karar alınmadan önce, uzun vadeli ilişkiler ve etkiler göz önünde bulundurulmak zorundaydı.

Yedi nesile kadar uzanan tüm yaşam üzerindeki etkiler sıklıkla göz önünde bulundurulmuştur. Bu tür bir vizyon, salt öngörünün ötesine geçer.

Kendi hayatınızdaki bağlantıları ve sonuçları tanımayı öğrendikçe, eylemlerin ve olayların geçmişe veya geleceğe uzanan etkilerini takip etmeyi öğrenebilirsiniz. Bu, kehaneti uyandırır.

**Sorumlu İlişkilerin Dersi**

Kartal, bu dersin güçlü bir örneğidir. Uzun zamandır daha yüksek bir manevi vizyonun sembolü olan kartal, besin zincirinin en tepesindedir. Altındaki av hayvanlarının dengesine bağımlıdır. Kartalların yediği avlar genellikle, kartalları her zaman öldürmese de, yumurtalarının hayatta kalamayacak kadar kırılgan olmasına neden olan böcek ilaçlarıyla zehirlenir. İnsanlar da besin zincirinin en tepesindedir ve bu ilişkiye daha yakından bakmamız gerekiyor.

Çoğu psişik aktivite, bu avlanma dersiyle ilişkilendirilebilir. Kehanet, gelecekteki veya başka türlü bilinmeyen olaylar hakkında bilgi edinme yeteneğidir. Doğru tahminlerde bulunan çoğu medyum, ilişkileri görebilme yetenekleri sayesinde bunu başarabilir. Kullandıkları her ne yöntemle olursa olsun, bir bireyi şu anki durumuna getiren kalıbı görebilirler. Eğer kişi aynı davranış kalıbını sürdürürse, belirli ve ayırt edilebilir sonuçlar olması muhtemeldir. Çok az insan kalıplarını değiştirdiğinden, kalıpları kehanet edebilen biri için doğru tahmin yüzdesi yüksek olabilir. Bu ilişki çizgisini belirlemek, daha yüksek kehanetin bir parçasıdır. Büyük Ovalar'daki Lakota Sioux halkı arasında, Beyaz Bufalo Yavrusu Kadın adında eski bir kutsal

kadına saygı duyulur. Efsaneye göre, Kızılderililerin nasıl yaşayacaklarını gerçekten bilmedikleri bir zamanda ortaya çıkmıştır. Ortaya çıktığında, özellikle onun için inşa edilmiş özel bir şifa kulübesinde insanlarla konuşmuştur.

Kutsal pipoyu insanlara sundu ve bunun onları her zaman doğru yöne nasıl yönlendireceğini anlattı. Piponun haznesi bufaloyu ve tüm insanları, sapı ise yeryüzünde yetişen her şeyi temsil ediyordu. Onlara pipoyu nasıl kullanacaklarını ve sembolize ettiği ilişkilerin kutsal gizemlerini öğretti. Piponun onlara nasıl yaşayan bir dua gibi yürümelerine yardımcı olacağını ve onunla her şeyin bir olabileceğini anlattı: yeryüzü, gökyüzü, iki ayaklılar, dört ayaklılar, kanatlılar, ağaçlar, otlar ve tüm canlılar.

Bu avlanma dersi bize, Beyaz Bufalo Yavrusu Kadın örneğinde olduğu gibi, her şeyin, her insanın, her olayın ve her zamanın birbirine bağlı olduğunu öğretir.

Bu ilişkileri görebildiğimiz ve onları geçmişe ve geleceğe doğru takip edebildiğimiz zaman, daha yüksek bir vizyonun ve kehanetin büyüsünü tezahür ettiriyoruz.

**Büyülü Egzersizler**

1. Herhangi bir ilişkinin yürümesi için üç unsur şarttır: sessizlik, saygı ve paylaşım. İlişkiler bize sessizliği öğretir. Sessizlik, dinlememizi ve ilişkiyi gerçek haliyle deneyimlememizi sağlar. En büyük faydayı sağlamak için ne zaman konuşmamız ve hareket etmemiz gerektiğini bilmemizi sağlar.

İlişkiler bize başkalarının hayatlarına saygı duymayı ve yalnızca gerçekten ihtiyaç duyulanı almayı da öğretir. İlişkiler ayrıca paylaşmayı da öğretir. Dünyada birbirimizle en iyi şekilde nasıl yaşayabileceğimizi öğretir.

Bu egzersiz, ilişkilerdeki avcı rolünüzü inceleme fırsatı verecektir. Toteminizin sizi geçmişinize doğru bir yolculuğa çıkarmasına izin verin. En önemli ilişkilerinizin her birinde duracaksınız. Bu ilişkilerde kendinizi objektif olarak gözlemleyin ve toteminizin size avcı mı yoksa av mı rolünde olduğunuzu veya rollerin paylaşıldığını göstermesine izin verin.

Bunlardan birkaçını inceledikten sonra, genellikle içine düştüğünüz bir kalıbı görmeye başlayacaksınız. Bu kalıbı görebildiğinizde, toteminizin sizi şimdiki zamana geri götürmesine izin verin. Ardından, toteminizin size ilişkilerde denge kurmak için öğretebileceği her şeyden üstün bir niteliği göstermesine izin verin. Toteminizin size karışmasına, iyileşmesine ve dengelenmesine ve gözlerinizi yeni bir farkındalığa açmasına izin verin.

2. Şimdiki zamanınızdan, olumlu veya olumsuz bir olay seçin. Bu bir olay, bir öfke patlaması veya son üç ayda sizin için öne çıkan herhangi bir şey olabilir. Ona odaklanırken gözlerinizi kapatın ve toteminizin size doğru yaklaştığını hayal edin.

Toteminizin sizi o olayın yaşandığı güne geri götürmesine izin verin. Olayı gözlemleyin, zihninizde yeniden canlandırın. Sonra toteminizin sizi yönlendirmesine izin verin.

Daha geriye giderek, o olayın gerçekleşmesine yardımcı olan bir şeyi size göstermek için bunu en az dört kez yapın.

Bazı insanlar bu alıştırmada zaman içinde büyük sıçramalar olduğunu fark eder. Beş, hatta bazen on yıl öncesine geri dönerler ve geçmişte hiç bağlantılı görünmeyen bir durumu yeniden yaşarlar. Ancak neredeyse her zaman bir bağlantı vardır. Geçmişteki olaydaki duygu veya davranış, yakın zamanda yaşadığınız şeye yol açan bir örüntünün parçası olabilir.

Sadece gözlemleyin. Geri döndüğünüzde düşünmek ve bağlantılar kurmak için zamanınız olacak. Yine, toteminizin sizi o olayların ötesine, bugüne geri

götürmesine izin verin. Sizinle konuşmasını isteyebilirsiniz, ancak iyileşmek, güçlenmek ve olayların ilişkilerine açıklık getirmek için içinizde erimesine izin verin.

Bu görselleştirmede karşılaştığınız olayları yazmanız iyi bir fikirdir. Bunları yazmak, onların özünü o soyut zihinsel alemden çıkarmanıza ve kendi zihninizde netleştirmenize yardımcı olacaktır.

İlk başta sonuç alamazsanız cesaretinizi kaybetmeyin. Devam edin. Bu gibi egzersizler aracılığıyla toteminizle olan ilişkinizi geliştirdikçe, hem geçmişi hem de geleceği keşfetmek için onları kullanma yeteneğiniz gelişecektir. Sonunda, aynı süreci mevcut olayların geleceği nasıl etkileyeceğini keşfetmek için de kullanabilirsiniz. Bu biraz daha zordur, çünkü bazen objektif olmak zordur.

Zihnimizde, gerçekleşmekte olan etkileri görmek yerine, olmasını istediğimiz şeyleri hayal etme eğilimi olabilir.

Önce geçmişle çalışın. Bu konuda giderek daha fazla başarı elde etmeye başladığınızda, bu süreci geleceğe yönelik dalgalanma etkilerini takip etmek için kullanmaya başlayabilirsiniz. Bunu hem kendiniz hem de başkaları için yapmayı öğreneceksiniz. Bu, geçmiş yaşam bağlantılarını bugüne ve bugünün yaşam bağlantılarını gelecekteki yaşamlara kadar izlemek için kullanılabilir.

Israr edin ve pratik yapın. İlişkilerin gelişmesi için sabır ve zamana ihtiyaç olduğunu unutmayın. Her pratik yaptığınızda, daha kolay hale gelecektir.

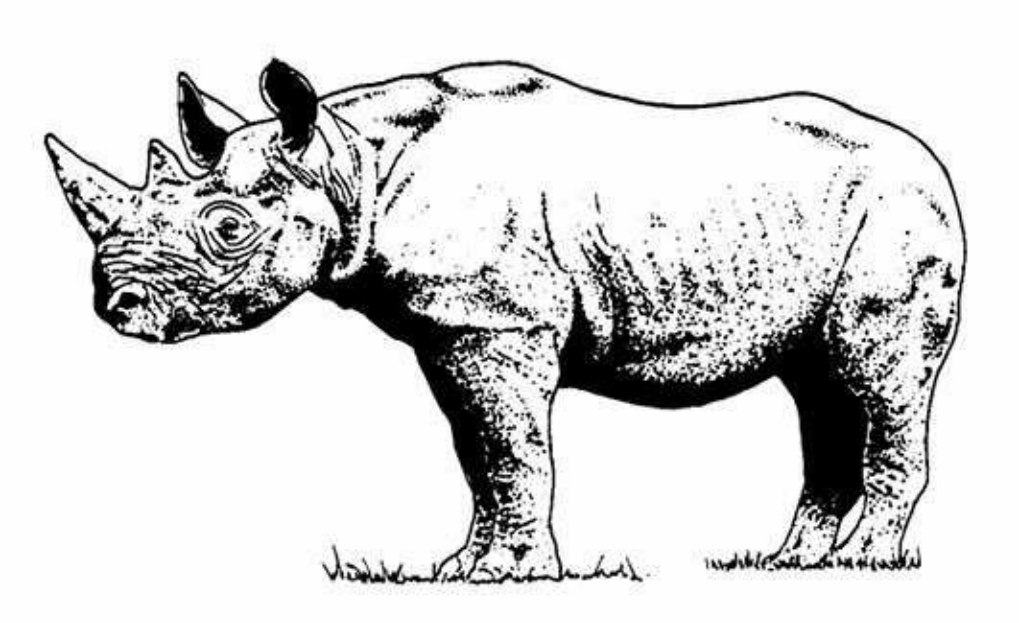
Toteminizle ne kadar çok ilgilenir ve ona ne kadar çok saygı gösterirseniz, önünüzde o kadar çok fırsat bulacaksınız.

[İçindekiler]

4. Gonzalez-Wippler. *Modern Dünya İçin Bir Kabala* (St. Paul: Llewellyn Yayınları, 1987), s. 134–135.

5. Weidensaul, Scott. Amerikan Yaban Hayatı (New York: Gallery Books, 1988), s. 163.

6. Barry Lopez'in Crow and Weasel adlı eserinden alıntılar. Metin telif hakkı 1990 yılında Barry Holstun Lopez'e aittir. North Point Press'in (Farrar, Straus & Giroux, Inc.'in bir bölümü) izniyle yeniden basılmıştır.



DÖRDÜNCÜ BÖLÜM

DOĞADAKİ İŞARETLERİ VE BELİRTİLERİ OKUMAK

Ekoloji, canlılar ve çevreleri arasındaki etkileşimin incelenmesidir. Kendimizi çevreden asla tamamen ayıramayız, ancak onu okumayı öğrenerek ondan edindiğimiz bilgiyi kendi yararımıza kullanabiliriz. Doğayı okuma yeteneği, hayatımızdaki gerçek işaretleri tanımamızı sağlar. İşaret, belirli bir kaderi gösterebilecek bir olaydır. Dünyanın dört bir yanından insanlar bir noktada işaretlere inanmışlardır. Doğanın değişen yönlerinin, kendi yaşamlarında meydana gelmesi muhtemel değişiklikleri yansıttığı fikrine sıkıca bağlı kalmışlardır. Bu, daha önce bahsettiğimiz eski Karşılıklılık Yasası ile bağlantılıdır. Bizi bir düzeyde etkileyen şey, başka bir düzeyde de etkiler. İlahi güçler, doğa ve onun çeşitli ifadeleri aracılığıyla insanlıkla konuşur.

Kehanetler, artık bilinçli olarak tanımadığımız veya kabul etmediğimiz doğal unsurlarla içgüdüsel bir algıya, doğuştan gelen bir uyuma yakındır. Hayvanlarla iletişim kurmayı öğrendikçe, doğadaki ve hayvan

davranışlarındaki ilişkileri ve kalıpları, hayatınızla olan bağlantılarıyla birlikte görmeye başlayacaksınız. Belirli kuşların veya hayvanların günlük olarak görülme olasılığının yüksek olduğunu otomatik olarak bileceksiniz. Onlar hakkında öğrendikleriniz (doğal davranışları, sesleri, ritimleri ve aktiviteleri dahil) nedeniyle onlardan belirli davranış türleri beklemeye başlayacaksınız.

Ancak zorluk, doğanın işaretlerini tanımlayabilmek, açıklayabilmek ve bireysel yaşamınıza uygulayabilmektir. Bunun etkili olabilmesi için çevreniz ve içindeki hayvanlar hakkında bilgi sahibi olmalısınız. İlişkileri zorlamadan görme pratiği geliştirmelisiniz. Hiçbir şeyin tesadüf veya rastlantı olmadığını, her şeyin, her insanın, her hayvanın bizim için bir anlam taşıdığını fark etmeye başlamalısınız. Doğaüstü dünyanın sıklıkla doğal dünyada kendini yansıttığını fark edebilmelisiniz.

Hayatınızdaki doğa işaretlerini okurken batıl inançlara kapılmak kolaydır. Çoğu insan kehanetleri ve batıl inançları aynı şey olarak görür. Kehanet okuma, çevre, hayvanlar ve içindeki diğer doğal unsurlar hakkındaki bilgiye dayanır.

Çevrenizdeki normal, doğal unsurların değişen yönleri, hayatınızın diğer alanlarındaki değişiklikleri de yansıtabilir. Bu değişiklikler, sağlam bir bilgi birikimi ve mantık çerçevesinde yorumlanır. Unutmayın ki, doğanın işaretlerini okumada ortaya çıkan bağlantılar, sağlam bir bilgi temeli olduğunda zorlama gerektirmez. Kendilerini doğal olarak gösterirler.

Batıl inançlar ise, bilgiye veya akla dayanmayan, bir olayın veya şeyin önemine dair inançlar veya düşüncelerdir. Batıl inançlar genellikle mantıksız korkuları ve davranışları içerir. Batıl inançlar genellikle kötü şansı önlemek için yapılan eylemleri kapsar.

Doğal unsurlar ile kişinin kendi yaşamı arasındaki ilişkiler ve bağlantılar, bilgiye dayalı bir temelden oluşmaz.

SEVGİLİLER GÜNÜ BATIL İNANCI

Eskiden, bir kadının Sevgililer Günü'nde gördüğü ilk kuşa bakarak evleneceği erkeğin nasıl biri olduğuna karar verebileceğine inanılırdı.

Karakuş = rahip, din adamı veya dini figür.

Güvercin = iyi kalpli adam.

Saka kuşu = zengin adam (özellikle de sarı saka kuşu ise).

Serçe = mutlu bir adam.

Şahin = asker, savaşçı veya cesur adam.

Crossbil = tartışmacı veya huysuz bir adam.

Robin = bir denizci.

Mavi kuş = mutlu adam.

Baykuş = uzun süre yaşamayacak adam.

Ağaçkakan = kadın asla evlenmeyecek.

Bunlar batıl inançlardır, gerçek kehanetler değildir. Kişinin çevresindeki kuşları iyice tanıması, bazı kuşlarla her gün karşılaşma olasılığının daha yüksek olduğunu, diğerleriyle ise hiç karşılaşmama olasılığının daha yüksek olduğunu gösterebilir. Bir kuşun alışılmadık veya uygunsuz davranışı, yakında olacak olağandışı bir şeyin göstergesi olabilir, ancak kişinin gelecekteki eşini göstermez. Bununla birlikte, bu tür inançlar eğlenceli olabilir ve Sevgililer Günü gibi günlere hayali bir neşe katabilir.

Kehanetler ve batıl inançlar arasındaki farkı tanımlamanın en iyi örneği, kısa kulaklı baykuşun davranışlarında bulunabilir.

Topluluklar ve toplumlar, kemirgen ve diğer av hayvanlarının popülasyonlarının aniden arttığı dönemler yaşarlar. Bazı yerlerde, tarla fareleri (çayır fareleri) aniden çoğalır ve bölgeyi istila eder gibi görünürler. Bu tür zamanlar genellikle talihsiz, kötü ve hatta doğrudan salgın olarak tasvir edilirdi. Kemirgenlerin aşırı çoğalmasıyla kendini gösteren bu kötülük algısı, bir gecede bir sürü kısa kulaklı baykuşun da birdenbire ortaya çıktığı yerlerde daha da güçlenirdi.

Batıl inançlı, bilgi birikimi olmayan bir kişi için bu, doğadan gelen olağanüstü bir kötülük vahyi gibi görünebilir; özellikle de hem kemirgenlerin hem de baykuşların uzun zamandır olumsuz algılanmış olması göz önüne alındığında. Bu hayvanların her ikisi hakkında da iyi bir bilgi birikimine sahip olanlar için ise yorum tamamen farklı olacaktır.

Birçok avcı ve av türünün popülasyonlarının düştüğü ve arttığı yıllar vardır. Birçok kemirgen, popülasyon artışı ve düşüşü döngüsüne tabidir. Doğal avcıları için de bu döngü genellikle eşleşir. Kısa kulaklı baykuşlar, bol miktarda yiyecek kaynağına saldırmak için bir gecede sürü halinde ortaya çıkma konusunda içgüdüsel bir yeteneğe sahiptir. Bu tür görünümler, kötülüğün tezahürünün bir yansıması değildir. Aksine, görünümleri doğanın dengesini yeniden sağlamaya yardımcı olan bir nimettir.

“Bu yetenek diğer kuşlarda da mevcuttur. Salt Lake City'deki Mormonların, ekinlerini çekirge istilasından kurtardığı için mermere anıtlaştırdığı Kaliforniya martısı da bu yeteneğe sahiptir. . . . Birkaç yıl önce, Ontario Gölü'ndeki Amherst Adası'nın üzerinde tarla fareleri sürüleri belirdi. Kısa kulaklı baykuşlar düzinelerce boşluktan akın etti; daha da şaşırtıcı olanı, beraberlerinde bir maiyet getirdiler: eşi benzeri görülmemiş sayıda büyük

gri baykuş, kar baykuşu, şahin baykuşu, boreal baykuş ve testere gagalı baykuş.” 7

Bilgi birikiminiz arttıkça, doğadaki olaylarla kendi hayatınızdaki olaylar arasındaki bağlantılar da doğal olarak derinleşecektir. Doğada deneyimlediklerinizile kendi hayatınızda deneyimlediklerinizarasındaki ilişkileri zorlamanıza gerek yok. Geleceği tahmin etme arzunuzun sağduyunuzun önüne geçmesine izin vermemeye dikkat etmelisiniz. Doğadaki olayların kendi hayatınızdaki olaylar hakkında bir şeyler yansıttığını varsaymak genellikle güvenli olsa da, bu aynaların net olması için yalnızca gerçek bir bilgi birikimine sahip olmanız gerekir.

En yaygın yanlış yorumlamalar kendi korkularınızdan kaynaklanır. Örneğin, tarla faresi popülasyonundaki artış ve bir gecede kısa kulaklı baykuşların ortaya çıkması durumunda, bazıları hayatlarının haşere istilasına uğrayacağına inanmaya başlayabilir. Günümüzde bile birçok kişi baykuşu şeytanın kötü bir ajanı olarak gören eski batıl inancı taşıdığı için, hayatlarının belaya gireceği algısı oluşacaktır.

Aslında, tam tersi daha doğru bir yorum olurdu. Hem tarla farelerinin hem de baykuşların bolluğu, denge içeren bir refah döngüsünün ortaya çıkmaya başladığını yansıtıyor. Ancak bu tür yorumlama yeteneği yalnızca bilgiyle gelir. Bilgili olan veya gözlemlenen şey hakkında bilgi edinmek için zaman ayıran biri için, doğal dünya çoğu yaşam koşuluna ışık tutabilir.

Doğaya dair gerçekleri değil, okumak istediklerinizi yorumlamak da kolaydır. Birçok insan doğanın her ifadesini doğaüstü bir işaret olarak görmek ister. Olağandışı, normal kalıpların dışında veya günlük temasınızın bir parçası olmayan olaylar ve gözlemler sizin için genellikle en büyük öneme sahip olacaktır. Bu tür durumlar en güçlü şekilde konuşacaktır.

Hayatınızda doğayı incelemeye ve gözlemlemeye başladığınızda, onun olağan tezahürlerini ve kalıplarını öğrenmelisiniz. Karşılaştığınız hayvan türlerini ve olağan davranışlarını not edin. Olağan olanı ne kadar çok öğrenirseniz, ne kadar ince olursa olsun, olağandışı olanı tanımanız o kadar kolay olacaktır. Bir şey farklıysa, doğa size dikkat etmeniz için bir çağrı yapıyor demektir.

Hayvanlarla iletişim kurmak, doğanın sizinle çoğunlukla doğal bir şekilde konuştuğunu fark etmenizi gerektirir. Bir mesajı iletmek isteyen kişi çeşitli teknikler kullanır: dil, ses ve yüz ifadeleri, tonlama, ses yüksekliği vb. Mesaj önemliyse, ses tonu değişir; aciliyet veya gerilim tonu. Mesajın önemli olduğunu, ses tonunun alışılmadık olmasından anlarsınız.

Doğa ve doğadaki hayvanlar da bize aynı şekilde seslenir. Eğer mesaj önemliyse, doğanın ifadesi çoğu zaman incelikli olsa da fark edilebilir bir hal alır.

**HAYVAN İŞARETLERİNİ OKUMA**

Doğa bizimle sürekli konuşur. Şekilleri, renkleri, dokuları, kokuları ve hayvan yaşamının çeşitli ifadeleri aracılığıyla bize dünya ve hayatımız hakkında bilgi verir. Doğanın sembolizmi bağlamına göre değişir, bu nedenle doğal bağlamını tanımanız gerekir.

Her hayvanın kendine özgü özellikleri, hareketleri, şekilleri ve renkleri vardır. Her birinin insanlarla kendine has bir ilişkisi vardır. Bunların birçoğu bu kitapta bulunan sözlüklerde özetlenmiştir, ancak bunlar sadece kılavuz niteliğindedir. Kendi sözlüğünüzü kendiniz geliştirmelisiniz. Aynı dili konuşan farklı insan gruplarının farklı lehçeleri ve aksanları olabileceği gibi, hayvanların konuşmaları için de durum aynıdır. Size en uygun lehçeyi öğrenmelisiniz.

Antik Roma'da, kamu işlerinde yol göstermek amacıyla doğal işaretleri gözlemlemek ve yorumlamakla görevli bazı yetkililer vardı. Bu kişilere kahin denirdi. "Julius Caesar saygın bir kahindi." Başlangıçta kahinler, kuşların söylediklerini dinleyen kuş dili uzmanları olsa da, bu terim zamanla hayvanları ve dillerini kehanet amacıyla kullanan herkese uygulanmaya başlandı. Bunun özel bir dalı antik Roma'da kehanet olarak biliniyordu. Kehanet, kuşların ve hayvanların faaliyetlerinden geleceği okuma yöntemiydi.

Eski çağlardaki kahinler doğayı incelerlerdi. Onun işaretlerini okumayı ve dilini anlamayı öğrenirlerdi. Her kahinin kendine özgü bir uzmanlık alanı vardı; kimisi kuşlarla, kimisi de diğer hayvanlarla ve doğanın ifadeleriyle ilgilenirdi. Uzmanlık alanı ne olursa olsun, her kahinin doğayla uzlaşması ve doğayı yeni bir anlayışla kavraması gerekiyordu.

Hayvanlarla iletişim kurmayı öğrenmek ve kehanet yeteneğinizi geliştirmek istiyorsanız, doğayla ilişki kurmak için yeni bir temel oluşturmalısınız. Doğa her gün konuşur, ancak çok az kişi gerçekten dinler. Birine konuşuyorsanız ve o kişi bunu hiç dikkate almıyorsa, kısa süre sonra onunla konuşmayı tamamen bırakırsınız. Hayvanlarla iletişim kurmayı gerçekten öğrenmek istiyorsanız, doğayla iletişim hatlarını yeniden kurmalısınız. Ona tekrar dinlemeye hazır olduğunuzu bildirmelisiniz.

İletişimi yeniden kurma ve kehanet yeteneğinizi geliştirmenizi kolaylaştıracak on ilgili adım vardır. Bunlar basittir ve herhangi bir yaşam ortamında uygulanabilir - bataklık, şehir, orman, dağ, nehir, tarım alanları, otlaklar vb. Bunlarla bilinçli olarak çalışarak, evrene ve özellikle de doğaya, artık iletişimi almaya açık olduğunuz mesajını göndereceksiniz. Ve doğanın söyleyeceklerini duymak için gereken tek şey, dinlemeye açık olmaktır. Bu on adım şunlardır: 1. Doğayı doğrudan deneyimleyin. Ormanlarda veya parklarda yürüyüş yapın. Dürbünle sahile gidin. Bataklık alanları arayın. Çevrenizin doğanın unsurlarından yoksun olduğunu varsaymayın. Kuşları

kulaklarından tanımaya çalışın. Farklı ağaçları yapraklarından tanımaya çalışın.

2. Öncelikle, yaşadığınız ortama özgü vahşi yaşamı inceleyerek başlayın. Çevrenizdeki bitkiler, ağaçlar ve hayvanlar size hayatta kalma konusunda çok şey öğretebilir. Bazıları şehir içindeki doğanın ifadelerinin çok da önemli olmadığını düşünse de, bir sincap bir boz ayı kadar dikkat çekici olabilir. Ağaçlar ve çiçekler uzun zamandır mistisizm ve büyünün sembolleri olmuştur ve her birinin kendine özgü nitelikleri ve özellikleri vardır. Sonraki iki sayfada, temel özellikleriyle ilişkilendirilen ağaç ve çiçeklerin listeleri bulunmaktadır. Daha fazla bilgi için, daha önceki bir çalışmam olan "Büyülü İsim"e başvurabilirsiniz.

3. Çevrenize odaklanın. Beşinci bölümde göreceğiniz gibi, çevre çok şey ortaya çıkarabilir. İçindeki hayvan yaşamı kadar sembolik olabilir. Bahçenizin veya evinizin mekânsal sembolizmine bakın. Şekli sizin hakkınızda ne söylüyor? Arazinin biçimi veya deseni nedir? Göze yumuşak mı görünüyor? Sert mi? Kırık mı? Eğimli mi? Kendinize, böyle bir arazide yaşamak için ne tür niteliklerin gerekli olduğunu sorun.

4. Doğanın fiziksel işaretlerine daha yakından dikkat edin. Bunlar genellikle kehanetin en önemli unsurları olarak kabul edilirdi ve güçlü tılsımlar olabilirlerdi. Eski kehanetçiler tarafından okunan en yaygın üç işaret şunlardı: (a) kuşların ve hayvanların görünmesi, (b) tüyler, kürk, taşlar veya herhangi bir fiziksel tılsım; ve (c) hayvanların sesleri, cıvıltıları ve diğer sesleri. Bunların en çok ne zaman ve nerede fark edildiğine dikkat edin.

5. Doğadayken, en çok dikkat çeken şeylere odaklanın. Bazı günler belirli bir çiçek kokusu öne çıkabilir. Başka günlerde, kargaların sürekli ötüşü olabilir. Bir başka gün ise belirli bir ağacı fark edebilirsiniz. Doğadayken en çok dikkatinizi çeken şey size bir şeyler söylemiş demektir. Bunu not alın, selamlayın, kabul edin. Sonra da araştırın. Onunla ilişkilendirilen nitelikler

ve özellikler nelerdir? Bu nitelikler ya içinizde uyananları yansıtacak ya da uyandırmanız gerekenleri yansıtacaktır. Kendinize sorun: “Bu nitelikleri nerede uygulayabilirim? Benim ve hayatım hakkında ne söylüyorlar?”

**AĞAÇLARIN SEMBOLİK ÖZELLİKLERİ**

Elma = sihir, gençlik, güzellik ve mutluluk

Kül = fedakarlık, duyarlılık ve üstün bilgelik

Aspen = azim, korkuların ve şüphelerin üstesinden gelme

Kayın ağacı = hoşgörü, geçmiş deneyim, aşırı eleştiriyi yumuşatır

Huş ağacı = yeni başlangıçlar, geçmişin temizlenmesi, vizyon arayışları

Sedir ağacı = şifa, arındırma, koruma

Kiraz = ölüm ve yeniden doğuş, yeni uyanışlar

Selvi = fedakarlığın rolünün anlaşılması

Yaşlı = doğum ve ölüm, Periler Diyarı'nın yeniden doğuşu

Karaağaç = irade gücü, sezgi

Hawthorne = verimlilik ve yaratıcılık, sihir

Fındık ağacı = gizli bilgelik, su arama ve kehanet

Funda = içten şifa, ölümsüzlük ve inisiyasyon

Kutsal = koruma, öfkenin üstesinden gelme, manevi savaşçı

Hanımeli = geçmişten ders çıkarmak, ayrımcılık, değişim

Leylak = maneviyatla bütünleşme, gerçek güzelliğin farkına varma

Akçaağaç = denge, ruhsal yeteneklerin pratik ifadesi, vaat

Meşe ağacı = güç ve dayanıklılık, yardımseverlik, süreklilik

Turuncu = duygularda netlik, travmanın serbest bırakılması

Palmiye = koruma, huzur, fırsat

Çam ağacı = acı ve duyguların dengesi, yaratıcılık

Çam ağacı = yeni farkındalıklar, şifa, sezgi

Çınar ağacı = iletişim, sevgi, almayı öğrenmek

Ceviz = geçişleri kolaylaştırır, eşsiz bir yol izler.

Söğüt = sihir, şifa, içsel vizyon ve rüyalar

6. Doğayı daha çok fark etmeye ve deneyimlerinizi uygulamaya başladığınızda, renklere özel önem vermek faydalı olacaktır.

Göze çarpan veya sürekli karşılaşılan belirli renkli çiçekler veya bitkiler var mı? Fark ettiğiniz kuşların renkleri neler? Karşılaştığınız herhangi bir hayvanın belirgin bir rengi var mı? Unutmayın ki renk, bir hayvanın türü hakkında en önemli ipuçlarından biri olabilir.

Deneyimleme olasılığınız yüksek olan enerjiler.

Göreceğiniz gibi, hayvanların renkleri, yaşamınızda tezahür eden nitelikler ve enerjiler hakkında dinamik bir bakış açısı sağlayabilir. Renk, o totem hayvanının enerjileri ve sizin için olan uygulamaları hakkında çok şey yansıtır. Karganın siyahı gizemi veya karanlıktan ışık çıkarma yeteneğini

yansıtabilir. Hayatınıza giren kırmızı tilki, kundalini'nin uyanışını yansıtabilir.

**ÇİÇEKLERİN SEMBOLİK ÖZELLİKLERİ**

Bebek Nefesi = tevazu, tatlı güzellik

Fesleğen = bütünleşme, disiplin ve ejderha gücü

Begonya = denge, psişik güç

Ama ercup = öz saygı, kelimelerin gücü

Kaktüs = zenginliğin ve güzelliğin tezahürü

Karanfil = derin sevgi, şifa, öz sevgi

Yonca = şans, aşk ve sadakat, iyilik

Nergis çiçeği = iç güzelliğin gücü, düşünce berraklığı

Dahlia = daha yüksek gelişim, öz saygı ve haysiyet

Daisy = farkındalığı, yaratıcılığı, içsel gücü artırma

Gardenya = eylem ve amacın saflığı, duygusal destek

Sardunya = mutluluk, şifa ve yenilenmiş neşe

Gladiola = ilahi iradeye açıklık

Hibiskus = dişilik, cinsellik ve sıcaklık, yeni yaratım

Sümbül = kederin üstesinden gelme, incelik, iç güzellik

İris = daha yüksek ilham, ruhsal saflık

Lavanta = sihir, aşk, koruma, şifa ve vizyon

Zambak = doğum, ilahi zihin ve tevazu

Kadife çiçeği = sadakat, uzun ömür, sevgi dolu fedakarlık

Sabah Sefası = Eskinin yıkılması, kendiliğindenlik

Gül = aşk, sessizlik yoluyla güç, tutku

Biberiye = güç, düşünce berraklığı, hassasiyet

Snapdragon = irade gücü, yaratıcı ifade, durugörü

Ayçiçeği = fırsatlar, kendini gerçekleştirme, mutluluk

Mor = tevazu, tatmin, ruhsal hassasiyet

Renklerin anlamını incelemek, doğada deneyimlediğiniz şeylerin -ister hayvan ruhunuzun rengi olsun ister doğanın başka bir yönü- önemini belirlemenize yardımcı olacaktır. Renk, enerjinin bir ifadesidir ve olumlu veya olumsuz bir şeyin sembolü olabilir.

Sadece soluk ve toprak tonlarında hayvanlarla karşılaşırsanız endişelenmeyin. Çoğu hayvanın hayatta kalmalarına yardımcı olan renkleri olduğunu unutmayın. Daha soluk renkler, hayvanı korumaya yarayan bir tür kamuflajı yansıtıyor olabilir. Kendinize şu soruyu sorun: "Bu renk bu hayvan için ne işe yarıyor?" Rengin olumlu yönünü geliştirmeniz mi gerekiyor yoksa rengin olumsuz ifadesiyle ilgili bir şeyler yapmanız gerektiğini mi hatırlatıyor, bunu kendinize sorun.

Aşağıdaki liste, renkler ve anlamları hakkında bazı bilgiler sunacaktır. Kaynakça bölümünde, renklerin anlamını tanımlamaya yardımcı olacak

çeşitli kitaplar da bulunmaktadır. Doğada renk tonlarında genellikle ince nüanslar olacağını unutmayın, bu nedenle yorumlarınızda esnek olun.

| **RENKLER** | **OLUMLU ÖZELLİKLER** | **OLUMSUZ ÖZELLİKLER** |
| --- | --- | --- |
| Siyah | koruma, doğum, sihir | gizlilik, fedakarlık |
| Mavi | mutluluk, huzur, gerçek | depresyon, yalnızlık |
| Kahverengi | temellendirilmiş, yeni büyüme | ayrımcılık eksikliği |
| Yeşil | büyüme, iyileşme, bolluk | belirsiz, cimri, açgözlü |
| Gri | başlatma, hayal gücü | |

dengesizlik, gizlilik

Turuncu

sıcaklık, neşe, yaratıcılık

gurur, heyecan, endişe

Kırmızı

seks, tutku, güç

öfke, saldırganlık, dürtü

Menekşe

simya, tevazu, ruh

saplantı, yanlış anlama

Beyaz

saflık, paylaşım, gerçek

dağınık, aşırı yayılmış

Sarı/altın renkli iletişim, iyimserlik, ilham; açıklama gerektiren, aşırı eleştirellik.

7. Kehanet yeteneğinizi geliştirmeye başlamanın bir başka yolu da karşılaştığınız hayvanlarla ilişkili sayılara dikkat etmektir. Sayılar, renkler gibi, derin ve kadim bir sembolizme sahiptir. Sayılar, toteminizin enerjilerini uygulayacağınız en iyi alanı/alanları belirlemenize yardımcı olabilir. Ayrıca, doğanın size ne anlatmaya çalıştığını daha net anlamanıza da yardımcı olabilir.

Örneğin, doğada yürürken başınızın üzerinden üç karga uçabilir. Daha sonra, yine üçerli gruplar halinde daha fazla karga görebilirsiniz. Bazıları için karga büyük boşluğun, karanlığın sembolü olabilir, ancak göründükleri sayılar bu yorumu değiştirecektir. Üç, yaratıcılığın ve yeni doğuşun sayısıdır, bu nedenle üç karga görmek, yeni bir doğuşun, boşluktan yeni bir çıkışın, karanlıktan ışığın ortaya çıkmasının habercisi olabilir. Sayıların mistisizmi, hayvanların dilini anlamanıza yardımcı olabilir. Doğanın renkleri, sayıları, bitkileri, hayvanları vb. daha geniş bir kelime dağarcığı

geliştirmeye kendinizi ne kadar çok açarsanız, o kadar çok size hitap edecek ve o kadar çok anlayacaksınız. Belirli bir kuş veya hayvandan düzenli olarak kaç tane görüyorsunuz? Bir kuş veya hayvan, örneğin bir karga, size sesleniyor mu? Eğer öyleyse, kaç kez? Çıkardığı seslerde bir örüntü var mı - doğal bir sayısal ritim?

Özellikle nadiren görülen hayvanların ortaya çıkışlarına dikkat edin. Bu, özellikle birden fazla kez ve kısa bir zaman diliminde ortaya çıkmaları durumunda daha da önemlidir. Kırmızı bir tilkinin -hem yürürken hem de arabamdayken- birkaç kez yolumdan geçtiği günler oldu. Tilki kamuflaj konusunda yetenekli olduğu ve görülmesi zor olduğu için, özellikle birden fazla kez ortaya çıkması önemliydi. Bu gibi durumlarda, tilkinin özelliklerini, kaç kez ortaya çıktığını ve hareket yönünü inceledim; bunların hepsini o sırada hayatımda olup bitenlerle ilişkilendirebildim.

Sayıların, özellikle de numeroloji biliminin önemini incelemek, doğayla iletişim kurmak için daha geniş bir kelime dağarcığı geliştirmenize yardımcı olacaktır. Numeroloji çalışmasında, en büyük vurgu birden dokuza kadar olan tek basamaklı sayılar üzerindedir. Aşağıdaki tabloda yer alan liste, sayıların anlamı hakkında bazı bilgiler verecektir:

**NOS.**

**OLUMLU YÖNLER**

**OLUMSUZ YÖNLER**

1

başlangıçlar, özgünlük, lider

kibir, baskınlık

2

kadınsı, rüyalar, işbirliği

hassasiyet, müdahale

3

yaratıcılık, doğum, mistik

dedikoducu, huysuz

4

temeller, sabır, inşaatçı

inatçı, katı

5

çok yönlü, değişim, aktivite

dağınık, aşırıya kaçan

6

ev, hizmet, aile

kıskanç, endişeli

7

bilgelik, arayışçı, hakikat

vefasız, eleştirel

8

güç, para, sonsuzluk

dikkatsiz, açgözlü, otoriter

9

iyileşme, anlama

saf, aşırı duyarlı

(Tüm çift basamaklı sayılar, iki basamağı toplayarak bu dokuz sayıdan birine indirgenebilir. Örneğin, $2^3 = 2+3 = 5$.) 8. Hayvanlarla iletişim kurma ve kehanet yeteneğini geliştirmeye başlamanın bir başka yolu da hayvanların göründüğü yönlere dikkat etmektir. Önceki bölümde avcılar ve avlar hakkında konuştuğumuz gibi, dünyanın her yönü veya çeyreği kendi önemine ve anlamına sahiptir.

Farklı toplumlar bu yönlerin her biriyle belirli nitelikleri ilişkilendirmiştir. Bu ilişkilendirmelerin bazıları batıl inançlara dönüşmüştür.

Örneğin, sabahın ilk saatlerinde kuzeyden duyulan bir kuş ötüşünün trajediyi yansıttığına inanılırdı. Güneyden gelmesi iyi bir hasadı, doğudan gelmesi iyi bir aşkı, batıdan gelmesi ise iyi şansı simgelerdi.

Doğa ve hayvanlarla kişisel ilişkinizi geliştirirken, totemlerinizin amaçlarına en uygun yönde görünmelerini isteyebilirsiniz. Bunun en etkili şekilde çalışması için, her yönün sizin için neyi sembolize ettiğini ve temsil ettiğini iyi bilmeniz gerekir. O zaman dünyanın o bölgesinde veya o yönden size görünen hayvan, o yöne özgü nitelikleri geliştirmenize yardımcı olacak bir totem olacaktır.

Örneğin, Batı'yı şifa ile ilişkilendiriyorsanız ve o yönden size kızıl bir tilki görünüyorsa, bunun size şifa konusunda yardımcı olacağı güvenle varsayılabilir. Ayrıntıları anlamak için hayvanın bireysel özelliklerine bakmalısınız. Tilki kamuflaj ve görünmezlikle ilişkilendirildiğinden, bu, sizin

için kamufle edilmiş veya görünmez olan şeyleri iyileştirme zamanına girdiğinizi yansıtabilir.

Aşağıdaki tabloda her yönle ilgili en yaygın çağrışımlardan bazıları yer almaktadır. Bunlara katılmak zorunda değilsiniz. Kendi bağlantılarınızı geliştirin. O zaman o yönden size bir hayvan göründüğünde, hayatınızdaki rolünü bileceksiniz.

**YÖN**

**YÖNLERİN ÖZELLİKLERİ VE ENERJİLERİ**

Doğu Şifası, yaratıcılık, aydınlanma, kehanet ve sezgi, yeni doğuş ve güneş ışığı, yeni öğrenmeler, irade gücü, iletişim, yeniliğin ifadesi.

Batı Vizyonu, hayaller, arayışlar ve yolculuklar, duygular, hayal gücü, yaratıcı sanatlar, dişil enerji, yüksek şefkat, içsel ruhsal yenilenme, hedefler.

Güney: Arınma, inanç, güç, içimizdeki çocuğu uyandırma, engelleri aşma, neşe, değişim, koruma, öz yeterlilik, güven, diriliş.

Kuzey Öğretisi, bolluk, denge, kutsal bilgelik ve bilgi, nezaket, şükran, içsel hazineleri ortaya çıkarma, empatik sezgi, güven, simya.

Dünyanın dört yönünün yanı sıra, hayvanların size göre konumuna ve size göre hareketlerine de dikkat edilmelidir. Hayvan solunuzda mı yoksa sağınızda mı görünüyor? Soldan sağa mı hareket ediyor? Sağdan sola mı?

Size doğru mu? Sizden uzaklaşıyor mu? Bunların hepsinin bir anlamı var.

Sağ taraf genellikle daha erkeksi ve iddialı, sol taraf ise daha kadınsı ve alıcı olarak kabul edilir. Hayvan solunuzda belirirse, enerjilerinin henüz içsel olduğunu ve ifade edilmediğini yansıtabilir. Sağda ise, ifade edildiğini veya

ifade edilmesi gerektiğini gösterebilir. Sağdan sola doğru hareket ederek yolunuzu keserse, enerjilerinin hayatınıza girdiğini; hatta belki de sizin içinizde doğduğunu gösterebilir.

Her yönün ne anlama geldiğine ve hangi hareketlerin neyi gösterdiğine kendiniz karar verin. Bir hafta boyunca günde beş dakika ayırın ve bu bağlantılar üzerinde meditasyon yapın. Bunu yaparak, zihninizi hareketleri anlamaya programlıyorsunuz. Ayrıca Doğa'ya sizinle iletişim kurması için yönergeler gönderiyorsunuz. (Bu süreç hakkında daha fazla bilgi için 10. maddeye bakın.) 9. Doğa'nın sizinle konuşmasının bir başka yolu da, karşılaştığınız hayvanların içinde yer alabileceği faaliyet türüdür.

Yönsel hareketlerinin öneminden bahsettik, ancak faaliyetleri veya faaliyetsizlikleri de bize güçlü mesajlar verebilir. Bunu tam olarak anlamak için, hayvanın genellikle içinde bulunduğu faaliyet modelini anlamanız gerekir.

Hareket veya aktivite eksikliği, kendi aktivitelerinizden bir mola vermeniz veya dinlenmeniz gerektiğinin bir hatırlatıcısı olabilir. Eğer sincapların toplanıp depolamak yerine oyun oynayıp kovaladığını görürseniz, bu size kendinize biraz oyun zamanı ayırmanız gerektiğini söyleyebilir. Öte yandan, kavga eden iki hayvanla karşılaşırsanız, bu kendi hayatınızda mevcut olan veya yakında ortaya çıkacak çatışmaları yansıtabilir. Hayvanlar ve kavganın türü, bunun hayatınızın hangi alanında meydana gelme olasılığının yüksek olduğunu belirlemenize yardımcı olacaktır.

Evimde dört büyük köpeğim var: iki golden retriever, bir Alman çoban köpeği ve kendini golden retriever sanan melez bir köpek. Her birinin kendine özgü bir kişiliği var ve her birini kendi hayatımda nelere dikkat etmem gerektiğine dair ipuçları olarak kullanıyorum. Her birinin kendi varlığı ve davranışlarının diğerlerinden öne çıktığı dönemler oluyor.

En yaşlısı, alfa köpek olan bir golden retriever. Bunun farkında ve baskın rolünü zorla kabul ettirmeye gerek duymuyor. Diğer köpekler bazen eve girerken veya su alırken onun yolunu kesmeye çalışıyorlar. O her zaman sakin kalıyor. Her zaman hanımefendi o. Evdeki konumunu biliyor ve ona güveniyor. Bu davranışın belirginleştiği zamanlarda, kendimi toparlamam ve yeniden düşünmem gerekiyor. Bu genellikle sabırlı olmam ve beklemem gerektiğine dair bir mesaj. Konumumun tehdit altında olmadığını hatırlatıyor.

Diğer golden retriever cinsi köpeğim Cheyenne, dışarıyı ve oynamayı çok seviyor. Her zaman biraz yalnız bir köpek olmuştur. Daha sosyal ve oyunbaz olmak istediği zamanlarda, önüme oturup patisiyle beni dürtmeye başlar. Ne yaparsam yapayım, ısrar eder. Patisiyle dürtmek işe yaramazsa, ayaklarımı hafifçe ısırmaya başlar veya yatak odasına gidip çoraplarımdan birini alıp önümde fırlatır. Bu da işe yaramazsa, diğer köpeklerle bacaklarımın arasında oynamaya başlar. Bu genellikle işten biraz ara vermem gerektiğinin bir işaretidir. Bana biraz oyun zamanına ve sosyalleşmeye ihtiyacım olduğunu hatırlatır. Genellikle çok meşgul olduğumu veya diğer insanlarla sadece iş düzeyinde ilgilendiğimi ve sosyalleşmenin basit zevki için zaman ayırmadığımı yansıtır. Alman çoban köpeğim Akasha ise kraliçe olduğunu düşünmeyi sever. Dışlanmış hissetmekten veya diğer köpeklerin herhangi bir şeyde önce gitmesinden nefret eder. Melez köpeğimiz Avalon'u ilk aldığımızda, annelik rolünü o üstlendi. Bazen Avalon'a karşı çok agresif ve baskın oluyor, hatta bazen aşırı agresif davranıyor. Bu durumlar yaşandığında, kendi hayatımda nerede çok agresif veya baskıcı davrandığımı düşünüyorum. Çoğu zaman, bu alanı kolayca tespit edebiliyorum.

Melez cinsi Avalon, eve harika bir katkı oldu. Diğer köpeklerin hepsini aktif ve oyunbaz tutuyor. Diğer köpeklere, onların yapamayacağı şeyleri yapabileceğini göstermeyi seviyor. Onları kızdırıyor ve sinirlendiriyor.

Eşyaları çalıyor ve saklıyor. Ve her zaman oyunbaz. Bazen aşırı oyunbaz olduğunda, içimdeki çocuğu canlı tutmam ve oyun için biraz zaman ayırmam gerektiğini hatırlatıyor. Pratik yaparak, hayvanların aktiviteleri ile kendi hayatınız arasındaki ilişkileri görmeyi öğrenebilirsiniz. Karşılaştığınız hayvanların davranış kalıplarını ne kadar iyi anlarsanız, sizin için o kadar kolay olacaktır. Bu, hem vahşi doğadaki hayvanlar hem de evcil hayvan olarak sahip olabileceğiniz hayvanlar için etkilidir.

10. Hayvanlarla konuşma ve kehanet yeteneğini geliştirmenin son tekniği muhtemelen en önemlisidir. Doğanın sizinle konuşmasını ve size işaretler vermesini istiyorsanız, ondan bunu istemelisiniz. Kendinizi doğayla uyumlu hale getirmek için bilinçli bir çaba göstermelisiniz.

Açık havada meditasyon yapın. Doğa Ana'ya düşüncelerinizi ve dualarınızı gönderin, işaretler ve iletişim isteyin. Dışarı çıktığınız her seferde ne gördüğünüzü, duyduğunuzu, hissettiğinizi ve kokladığınızı fark edin. Yaşadıklarınız ile yaşam koşullarınız arasında bağlantılar kurmaya çalışın. Bir keresinde en iyi arkadaş edinme yolunun bir iyilik istemek olduğunu duymuştum. Bir iyilik isteyerek o kişiyi onurlandırıyor ve yapabileceklerine saygı gösteriyorsunuz. O kişinin eşsiz yeteneğini kabul ediyorsunuz. Doğadan size kendi dilini nasıl konuşacağınızı öğretmesini isteyin. Bu, Dünya ve kendiniz için yapabileceğiniz en büyük iyiliktir.

Doğanın size ne söylediğini anlama yeteneğinizi geliştirdikçe, belirli iletişim biçimleri için istekte bulunmaya başlayabilirsiniz. Bunun işleyiş yollarından biri de hayvan totemleriniz aracılığıyladır. Onlarla bütünleştikten sonra, onlardan size özel yollarla iletişim kurmalarını isteyebilirsiniz; bu yolları her zaman mesaj olarak bileceksiniz.

Şahin benim totemlerimden biri. Yıllar içinde nereye gidersem gideyim şahinleri görme ve duyma yeteneği geliştirdim. Ne zaman seyahat etsem, şahinlerin korumasını ve yolculuğumda bana yardımcı olması ve yol göstermesi için görüşlerini isterim. Ayrıca şahinin dualarımı duyduğunu, yolculuğumun ilk saatinde bana görünerek kanıtlamasını isterim. Şahin beni

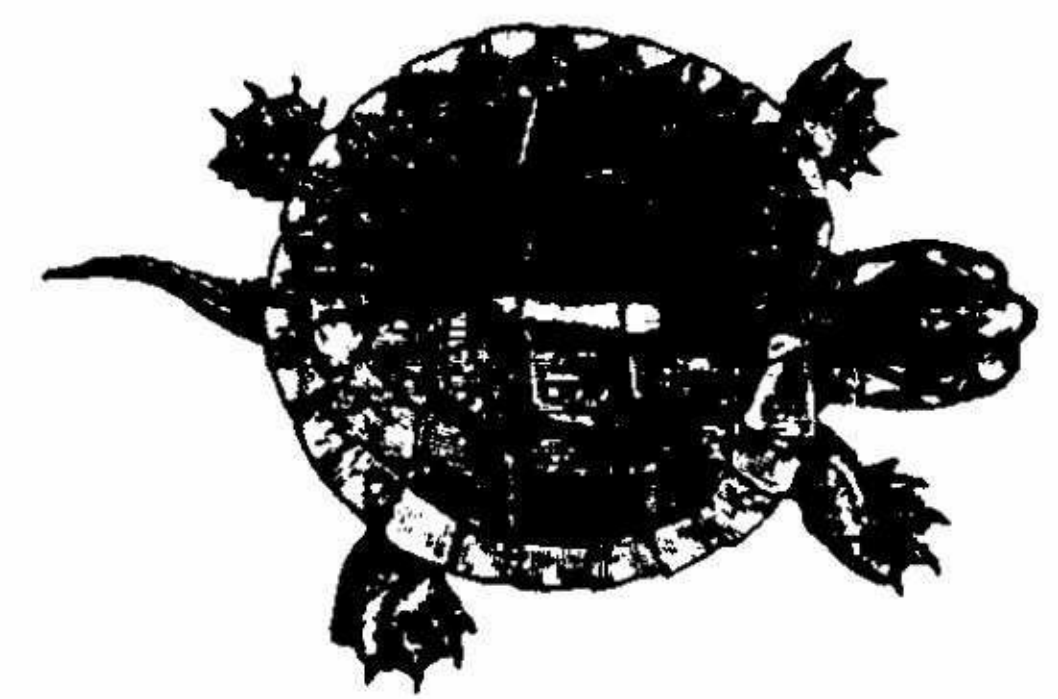
asla hayal kırıklığına uğratmadı. Her zaman ilk saatte yol kenarında birkaç şahin belirir. Yol işaretlerinin üzerinde, yolun üzerindeki ağaç dallarında otururlar veya sadece yolumun üzerinden uçarlar. Her şahin gördüğümde onu selamlar ve ona saygı gösteririm.

Gece yolculuk yaparsam, şahinden yolculuğun korunaklı ve kutsanmış olduğunu gösteren başka bir totem göndermesini isterim; çünkü şahinler gece uçmazlar. Geyik, baykuş veya başka bir gece hayvanını kalabalık bir şekilde görebilirim ve bu da şahinin beni gözetlediğini gösterir.

Toteminizle olan ilişkinizi geliştirirken, belirli mesajlar için size belirli şekillerde görünmesini isteyebilirsiniz. Örneğin, şahinlerimle, otoyolda polislerin nerede olduğunu veya yolun açık olup olmadığını bana bildirmelerini istiyorum. Araba kullanırken bir şahin fark ettiğimde, bana mı bakıyor, arkamda mı, önümde mi, başımın üstünde mi uçuyor, yolun sağında mı, solunda mı vb. olduğuna dikkat ediyorum. Yıllar içinde bu, yol koşullarını ve polis radarının varlığını bilmemi sağlayan harika ve etkili bir şahin kelime dağarcığına dönüştü. Beni hiç yanıltmadı ve çok doğru sonuçlar veriyor. Bunun işe yaraması için, ilişkiyi geliştirmeniz ve işaretleri istemeniz gerekir.

[İçindekiler]

7. Wolfe, Art. Baykuşlar—Yaşamları ve Davranışları (New York, Crown Publishers, Inc., 1990), s. 117.



BEŞİNCİ BÖLÜM

Kehanet ve Manzaraların Anlamı

Önceki bölümde de belirtildiği gibi, doğayı ve hayvanlar aracılığıyla size ne söylediğini anlamanın yollarından biri de yaşam alanlarının sembolizmini incelemektir. Hayvanların gözlemlendiği ve deneyimlendiği manzara, yaşam alanları, kırsal kesim, onların hayatınızda totem olarak oynayacakları rolü anlamanıza büyük katkı sağlayabilir. Unutmayın ki, içsel, ruhsal güçler genellikle doğanın içinde biçimler olarak ortaya çıkar. Bu da, bir dağ zirvesinin sadece büyük bir tepenin zirvesi olmaktan çok daha büyük bir öneme sahip olduğu anlamına gelir.

Farklı dünyalar -farklı manzaralar- farklı varoluş hallerini yansıtır. Hayatımızdaki manzaralara yönelerek kendi varoluş halimiz hakkında çok şey keşfedebiliriz. Birçok toplum, manzaranın ve mekânsal şekil ve biçimlerin önemini fark etti. Bunları dinamik semboller olarak gördüler. Kendi yaşam durumumuz hakkında, manzaramıza ve içindeki yaşama

yönelerek çok şey keşfedebiliriz. Bunu uygun şekilde yapmak için şunları göz önünde bulundurmalıyız:

• Bütünün, doğal ve yapay unsurların, yani ağaçların, çiçeklerin, zeminin vb. baskın öğeleri ve karakteri.

• Mekânsal sembolizm,

• Arazinin şekli veya yapısı (yumuşak, sert, engebeli, eğimli vb.),

• Belirli bir bölgenin tüm bölgeyle ilişkisi,

• Genel döngüsel örüntü (mevsimsel, yıllık, vb.),

• Baskın renkler,

• Bölgedeki baskın vahşi yaşam.

Bunlar, dikkate alınması gereken temel özelliklerden sadece bazıları. Bu kitap bağlamında, tüm bu yönleri ve sembolik anlamlarını ayrıntılı bir şekilde inceleme imkanımız yok. Size, kendiniz için geliştirmeye başlayabileceğiniz bir genel bakış sunmaya çalışacağız.

Doğu'da (özellikle Hindistan ve Tibet'te) geometrik şekillerin kullanımı yantra ve jeomansi olarak adlandırılır. Geometrik şekillerin sembolizminin incelenmesi, ister bir oda, ister bir bahçe, ister bir park olsun, kendi çevrenizdeki şekillerle ilgili olarak size çok şey kazandıracaktır.

Batı geleneklerinde jeomansi genellikle kehanet olarak kabul edilse de, çok daha geniş bir tarihi ve çevreye yönelik uygulaması vardır. Çin'de feng shui, mobilyaları ve binaları doğayla en büyük uyumu sağlayacak şekilde düzenlemeye yardımcı olmak için eski bilgeliği kullanan bir sanattır. Bu Çin uygulaması, tasarım, ekoloji, mistisizm ve mimari ilkelerine dayanmaktadır.

"Çevresindeki tüm gizeme rağmen, feng shui, insanların iyi ya da kötü yönde çevrelerinden etkilendiği basit gözlemlerden evrimleşmiştir." 8

Birçok toplumda olduğu gibi Çinliler de manzaralar ve insanlar arasında dinamik bir bağlantı gördüler. Doğanın her değişime tepki verdiğine ve bu tepkinin insan yaşamında yankı bulduğuna inanıyorlardı. Feng shui, kırsal, şehir, kasaba ve hatta bir evin odaları da dahil olmak üzere manzaralarla ilişkili sembollerin dilidir. Feng shui uzmanı için, manzaranın şekli bir bireyin hayatında iz bırakabilir, karakterini veya refahını etkileyebilir. Doğanın dilini konuşmada ve anlamada akıcı hale gelmek istiyorsak, dikkate alınması gereken çok önemli şekillerde okunabilir ve yorumlanabilir.

Feng shui'de çevre sembolik bir nitelik kazanır. Dağlar bekçi köpekleri veya ejderhalar, nehirler yılanlar, tepeler ise bariyerler olabilir. Ağaçlar uzun ömürlülüğü ve korumayı yansıtırken, düz, nehirsiz ovalar genellikle enerjiden yoksun olarak kabul edilir. Manzaranın sembolik niteliklerine, hayvan totemleriyle birlikte bakmak çok daha fazla bilgi ortaya çıkarabilir.

Bu süreç hem kırsal hem de kentsel ortamlarda uygulanabilir. Şehirde, dağların yerini yüksek binalar, nehirlerin yerini ise yollar alır.

Binaların ve gökdelenlerin büyüklüğü, şekli ve renkleri, doğal enerji akışını etkiler ve yaşamınızda ne tür bir enerjinin tezahür edeceğine dair çok şey yansıtır. Yolların yönü ve açıları da bunu belirlemeye yardımcı olabilir.

Evimin arkasında hafif bir tepe var ve tepenin zirvesinde, ejderhanın omurgası gibi sıralanmış apartman binaları bulunuyor.

Bu tepedeki evim ile apartmanları ayıran yer, geleneksel feng shui uzmanı için yüksek enerjili bir nokta olduğunu gösteren yoğun bitki örtüsü ve yemyeşil ağaçlarla çevriliydi. Burası, rakunlar, opossumlar, kargalar, ağaçkakanlar, baykuşlar ve çeşitli diğer kuşlar ve küçük memeliler gibi çeşitli hayvanların toplandığı bir yerdi.

Ne yazık ki, geçen yıl şehir yönetimi apartman sahiplerinden ağaçları ve bitki örtüsünü temizlemelerini istedi. Bölgeyi tamamen temizleseler de, daha kolay kontrol edilebilen bitkilerle tohum ekme çabalarına rağmen, bölgenin tekrar yeşermesi ve doğal olarak büyümesi bir aydan biraz fazla sürdü. Hatta yeni ağaçlar bile yukarı doğru uzanıyordu, bu da bölgedeki olumlu enerji akışına işaret ediyordu. Bu durum, evimin yanında yer alan ejderhanın hem çok güçlü hem de çok hayırlı olduğu izlenimini pekiştirdi.

## MANZARA SEMBOLLERİ

Çevrenizin ve totemlerinizin çevresinin şekillerini ve hatlarını inceleyerek, kendiniz ve toteminizin hayatınızdaki rolü hakkında çok daha fazlasını keşfedeceksiniz. Vahşi doğada hayvanlarla karşılaştığınız ve onları gözlemlediğiniz manzarayı inceleyin. Ayrıca bazı sembolik özelliklerini de belirlemeye çalışın. Bu, o bölgeye özgü vahşi yaşamın önemini anlamanıza yardımcı olacaktır. Bunu etkili bir şekilde yapmak için, güçlü bir hayal gücü, sağduyu ve hem psişik hem de pratik bilgiyi kullanmayı öğrenmelisiniz. Aşağıdaki liste bu süreçte size yardımcı olacaktır:

### Şehir Çevresi

Modern toplumda çoğu insan kendini şehir ortamında yaşarken buluyor. Bu durum, doğayı okumayı ve hayvanların dilini öğrenmenizi engellemeyecektir. Şehirlerin de elbette kendine özgü dersleri vardır.

Şehirler genellikle toplulukla ve çeşitlilik, esneklik ve uyum yeteneğiyle yaşamayı öğrenmekle ilgili birçok ders içerir. Çevrenizdeki insanların, koşulların ve benzerlerinin çeşitliliğini inceleyin. Şehrinizin şeklini inceleyin. Şekli neyi yansıtıyor? Ana şehir binası (hükümet binaları) Doğuya, Batıya, Kuzeye veya Güneye mi bakıyor? (Yönlerin niteliklerin sembolü olduğunu unutmayın.) Şehirdeki eviniz Doğuya, Batıya, Kuzeye veya Güneye mi bakıyor? Evinizin veya bahçenizin sembolik şekli nedir?

Feng shui uzmanı veya manzara okuma konusunda yetenekli biri için dikdörtgen veya kare şekiller genellikle en iyisi olarak kabul edilir. Dengeyi yansıtırlar. Size en yakın sokak düzenleri neyi yansıtıyor gibi görünüyor? Ön bahçeden daha yüksek bir arka bahçe genellikle daha uğurlu kabul edilir. Evinizin yakınında bitki örtüsü veya ağaçlar gelişiyor mu? Bu, sağlıklı enerjiyi yansıtır.

Unutmayın ki şehirlerin ve evlerin kendi metabolizmaları vardır. İçlerinde yaşayanlar, evlerinin, bahçelerinin, mahallelerinin ve şehirlerinin birçok özelliğini benimserler. Bu manzaraların niteliklerini somutlaştırır ve yansıtırlar.

Şehirlerin de kendine özgü yerel yaban hayatı vardır. Şehirde hayatta kalan ve yaşayan hayvanlar oldukça uyumlu canlılardır. Şehir hayvanları hakkında önyargılı yargılarda bulunmaktan kaçının. Fare bile harika, sembolik özelliklere sahip olabilir. Çin astrolojisinde fare, mizahi olmaktan titizliğe kadar değişen ve sık sık yön değiştiren özelliklere sahiptir. Herhangi bir hayvan gibi, şehir hayvanları da tüm özellikleriyle incelenmelidir.

**Orman Ağaçları ve Bitkileri**

Ormanların çok eski bir sembolizmi vardır. Bu sembolizm genellikle karmaşıktır, ancak her zaman evrendeki dişil güçlerle, yaratılış ve doğumla bağlantılıdır. Ormanın türü, kalınlığı ve baskın ağaç ve bitki örtüsü bu konuda fikir verecektir.

Ormanlar, bitki örtüsünün ve hayvanların toplum ve kültürün kontrolünden uzak, özgürce geliştiği yerlerdir. İnsan kültürünün bir şekilde dokunmadığı orman bulmak zordur, ancak zaman zaman ormanlık alanlara geziler yapmak her zaman iyidir. Bu, kendi bilincimizi özgürleştirir.

Ormanlar bilinçaltının sembolleridir. Erişebildiğimiz ancak henüz keşfetmediğimiz ilkel güçleri yansıtırlar. Ormanlardan korkan kişiler,

aslında özgürlükten, kendi yaratıcı güçlerinden veya bilinçaltını açığa çıkarmanın tehlikelerinden korkuyor olabilirler.

Ormandaki yaşam kuralları, özellikle şehirde yaşayan biri için çok farklı ve yabancıdır. Avcı ve avın dersleri daha büyük ve daha saf bir şekilde ortaya çıkar. Ancak orman, kendi yaratıcı ormanlarımızın toplumun ve hayatımızdaki diğer insanların sınırlamaları veya kısıtlamaları olmadan canlanabileceği ve gelişebileceği bir yerdir.

**Bahçeler ve Bitkiler**

Şehirde yaşayanlar için bahçeler ve bitkiler, doğayla bir nebze de olsa bağlantıyı sürdürmek açısından hayati öneme sahiptir. Büyümenin sembolik bir hatırlatıcısıdırlar; doğanın minyatür bir yansımasıdırlar.

Bahçe, doğanın kontrol altına alındığı ve dizginlendiği bir noktadır. Doğanın kapalı bir halidir. Aynı zamanda dişil enerjilerin, yaratma ve yaşamı besleme yeteneğinin bir sembolüdür. Bakımını yaptığınız bahçenin türü (sebze, bitki vb.) ve onu ziyaret eden hayvan türleri çok anlamlı olabilir. Genellikle, doğuştan gelen yaratıcı enerjilerinizi ve yeteneklerinizi ne kadar bilinçli bir şekilde kullandığınızı yansıtır.

Bahçeniz büyüyüp ürün verdikçe, hayatınızın ilgili alanlarında da hareket ve büyüme göreceksiniz. Eğer iç mekanda bir bahçeniz varsa, bir noktada onu dışarıya taşıyarak özgürce ve engellenmeden büyümesini sağlayabilirsiniz. Bu aynı zamanda hayvanlarla temas kurmanın bir yolu da olabilir. Bu, doğayla ve hayvanlarla olan bağınızı güçlendirecektir.

Bahçenize özen göstermek, doğaya ve sunduklarına açık olduğunuzu sembolik olarak ifade etmenin bir yoludur. Doğayla bütünleşme isteğinizin dışa yansımasıdır. Kaçınılmaz olarak, biri şöyle diyecektir: "Hiçbir şey yetiştiremiyorum. Her ektiğim şey ölüyor." Ölüm doğanın bir parçasıdır ve

sizi cesaretlendirmemelidir. Bu aynı zamanda çok fazla çabaladığınızı veya henüz yapamayacağınız bir şeyi yetiştirmeye çalıştığınızı da yansıtabilir.

Tıpkı faydalı herhangi bir şeyin gelişmesi gibi, bu da zaman gerektirir. Doğayla anında iletişim kurmaya çalışmak veya kehanet ya da hayvanlarla iletişim kurmayı hızlı ve kolay bir şekilde öğreneceğinizi varsaymak, batıl inanç ve hayal kırıklığına yol açar. Unutmayın ki tohumların çimlenmesi ve kök salması zaman alır. Ancak aynı zamanda, doğanın herhangi bir yönüyle uyum sağlamaya çalışırken, her şeyle uyum sağlamanın kapılarını açtığınızı da unutmayın.

**Ev ve Yaşam**

Eviniz ve içinde ve çevresinde bulunan hayvanlar, hayatınız hakkında size çok şey anlatabilir. Evcil hayvanınız var mı? Temel özellikleri ve karakteristikleri nelerdir? Onlarla ne tür bir ilişkiniz var? Sorumsuz evcil hayvan sahiplerinin sayısının ne kadar fazla olduğuna şaşıracaksınız.

Dünya. Evcil bir hayvanla bile sorumlu bir şekilde çalışamıyorsanız, vahşi doğayla daha da az başarılı olursunuz. Evinizin çevresinde en sık hangi kuş ve hayvan türlerini görüyorsunuz?

Eviniz sizi yansıtır ve etkiler. Geleneksel olarak bilgelik mekanıdır ve genellikle insan vücudunu ve düşünce sürecini yansıtır. En çok hangi odalarda vakit geçiriyorsunuz? Bu odaların şekilleri nasıl? Bu odaların koşulları nasıl?

Düzenli mi? Dağınık mı? Kirli mi? Temiz mi? Sıcak mı? Rahat mı?

Apartmanlar ve evler, şehir sakinleri üzerinde en büyük etkiye sahip yerlerden bazılarıdır. Rahat ve güvende hissettiğiniz bir yer olmalıdır. Kendinizi ne kadar rahat ve güvende hissederseniz, hayvanlar da o kadar

güvende ve rahat hissederler. Ön kapınızdan içeri girdiğinizde ne hissediyorsunuz? Bahçenize çıktığınızda öncelikle ne hissediyorsunuz?

Eviniz ve çevresindeki hayvanlar size çok şey anlatabilir. Taşınmayı düşünüyorsanız, o ortamda toplanan kuşlara ve hayvanlara bakmak iyi bir fikirdir. Hayvanların nerede göründüğü de çok şey yansıtabilir. Eğer en çok ön bahçede bulunuyorlarsa, bu sizin sunduğunuz "ön cepheyi" veya halka açık olan ya da zihninizin ön planında baskın olan yönünüzü yansıtabilir. Hayvanlar en çok arka bahçede toplanıyorsa, bu sizin özel yönlerinizi - gizlediğiniz şeyleri- yani içsel bilincinizi yansıtabilir. Evin her yönü, iç ve dış mekan, doğanın size ne söylediğini anlamanız için ipuçları sağlayabilir.

Örneğin, sincaplar çoğunlukla evinizin önünde toplanıyorsa veya orada görülüyorsa, bu, herkesin gözünde çok meşgul bir insan olduğunuzu, çalıştığınızı, bir şeyler topladığınızı ve aktif kaldığınızı yansıtabilir. Eğer çoğunlukla arka tarafta görülüyorlarsa, bu, çoğu insanın görmediği birçok meşgul iş üzerinde özel olarak çalıştığınızı ve bir şeyler topladığınızı yansıtabilir. Unutmayın ki, her zaman ilişkiler arıyoruz.

Bataklık

Bataklık alanlar çok çeşitli hayvan ve bitki yaşamına ev sahipliği yapar. Birçok su kuşunun toplandığı bir ortamdır. İkinci bölümde göreceğimiz gibi, su kuşları hayatın duygusal veya tutkulu aşamalarının ötesine geçme yeteneğini yansıtır. Duygusal hayatımıza taze bir nefes getirmenin sembolleri olabilirler.

Bataklıklar aynı zamanda ayrışma alanlarıdır. Pasif bir biçimde su ve toprağın birleşimidirler. Ayrışma, geçiş sürecinin bir parçasıdır; yeninin inşa edilebilmesi için eskinin parçalanması veya yıkılması gereklidir. Özellikle toteminiz bataklıkta bulunan veya orada keşfedilen bir totem ise, bu durum yaşamınızda aktif olan simya sürecini yansıtabilir.

Kral Arthur ve Yuvarlak Masa Şövalyeleri öykülerinde, Kutsal Kase'yi bulma arayışını sonunda başaran kişi Sir Gawain'dir. Yolculuğunun ve sınanmasının bir kısmı bataklık arazilerde gerçekleşmiştir. Bataklık arazilerinden bir totem sembolü olanlar, Gawain'in öyküsünü okumakta fayda görürler.

**Çayırlar ve Vadiler**

Çayırlar, bol hayvan yaşamı ve bitki örtüsüne sahip alanlardır. Genellikle bir dere veya nehrin yakınında bulunurlar, bu nedenle nehirlerin ve çayırların sembolizmini incelemek faydalı olacaktır. Su kaynağı genellikle çayırı besler. Geleneksel bir çayırda bazı ağaçlar bulunur, ancak en önemlisi, çayıra yumuşak bir görünüm kazandıran dalgalar halinde otlar ve kır çiçekleri bulunur.

Toprak genellikle çok verimli ve iyi beslenmiş olup, bu manzaranın sembolleri kendi hayatınıza nasıl verimlilik ve besin katabileceğinizi göstermenize yardımcı olabilir. Ayrıca, bunun eksik olduğu yerleri de ortaya çıkarabilirler. Çayırın baskın renklerini, çiçeklerini ve genel şeklini incelediğinizden emin olun. Unutmayın ki çayırlar sessiz ve yumuşak bir büyümenin gerçekleştiği yerlerdir.

Vadiler genellikle çayırlarla özdeşleştirilir, ancak aralarında bir fark vardır. Vadi daha çok alçak bir alandır. Büyük bir verimliliğe sahiptir ve genellikle arınma yeri olan çöllerle karşılaştırılır. Vadiler uzun zamandır yeni yaşamın, yeni verimliliğin ve yaratıcılığın gelişmesi için faydalı bir tarafsız bölgenin sembolleridir. Bu ortamla ilişkili totemler bu gelişmede size yardımcı olacaktır. Efsanelerde ve geleneklerde, vadiler genellikle topluluğun rahip ve rahibelerinin eviydi.

**Dağlar**

Dağlar genellikle gücü ve yüce bir ruhu yansıtır. Bu dağların çevresinde bulunan veya onlara özgü hayvanlar, kendi ruhsal gücünüzü keşfetmenin yollarını ortaya çıkaracaktır. Dağların yüksekliği ve dikeyliği, geleneksel olarak sembolizmde erkekliği temsil eder. Bu kütle ve şekil, erkekliğin cinsel yönlerini, dışa vurumları veya iddialılığı yansıtır. Çinliler için dağlar, büyüklüğün ve cömertliğin sembolüydü. Dağ sıraları genellikle ejderhaların sembolizmini taşırdı.

Dağlar, yaşamınızda aktif olan simya sürecini yansıtabilir. Bu ortamlarda karşılaştığınız hayvan totemleri, bu süreçle kendi kişisel koşullarınızda en iyi şekilde nasıl çalışabileceğinizi ortaya çıkaracaktır. Birçok mit, içleri boş olan ve içeri girenlerin ruhunu pişiren ve olgunlaştıran bir fırın gibi işlev gören dağlardan bahseder. İç boşluk ve derinlik, ölülerin diyarı ve perilerin evi olarak tanımlanmıştır. Bu da, dağla ilişkilendirilen totemlerin bize yeni boyutlar açacak totemler olduğunu yansıtır.

Dağ, engellerimizi aşarken sahip olduğumuz ruhsal huzuru hatırlatır. Birçok dağın yüksekliği, onları cenneti ve yeryüzünü birbirine bağlayan bir dünya ekseni olarak düşünmemize yol açar. Kaleler genellikle dağların üzerine inşa edilirdi; bu da insanların ilahi olanla iletişim kurabileceği veya göksel güçleri gökyüzünden yeryüzüne indirip tezahür ettirebileceği bir nokta sağlardı. Dağlar, yüksek meditasyonun, ruhsal yükselişin ve kutsanmış ruhlarla iletişimin sembolleridir.

**Çamurlu Arazi**

Ağırlıklı olarak çamurdan oluşan arazi veya çamurun yaygın olduğu zamanlarda (yağmur sonrası vb.) karşılaşılan hayvanlar çok önemlidir.

Çamur, toprak ve suyun birleşimidir. Bu birleşim, geçişi ve dönüşümü yansıtır.

Çamur, doğumun özüdür. Maddenin ortaya çıkışının ortamıdır. Bu manzara, yeni bir uyarılmanın varlığını yansıtmaktadır.

Hayatınızın bazı alanlarında meydana gelen bir durum. Hayvan totemi, bu alanı tanımlamanıza yardımcı olacaktır.

Çamur aynı zamanda kendimizi yenilememiz ve ilkel dünyayla olan bağımızı güçlendirmemiz gerektiğinin bir hatırlatıcısı olabilir. Ortaya çıkan totem, bunu en iyi nasıl başarabileceğimize dair ipuçları verebilir. Çamur genellikle hayatınızda yeni bir filizlenme fırsatını yansıtır.

Öte yandan, aşırı miktarda çamur veya çamura saplanmış hayvanlar da aynı şeyin habercisi olabilir. Hayatınızın belirli bir alanında mı takılıp kaldınız? Duygularınız mı sizi bunaltıyor? Eski duygulara mı saplanıp kaldınız ve büyümeye, ilerlemeye mi isteksizsiniz?

**Okyanuslar, Denizler ve Nehirler**

Su her zaman önemlidir. O, yaşamın temel kaynağıdır. Birçok mit ve kutsal metin, tüm yaşamın denizlerden nasıl doğduğunu anlatır. Okyanus, rahim, anne ve kadının sembolüdür. Onunla ilişkilendirilen totemler de aynı sembolik niteliklerle bağlantılıdır.

Okyanus ve genel olarak su, dinamik bir güçtür. Sürekli bir geçiş halindedir ve bu durum hayatınıza da yansıyabilir. Okyanus sembolleri, bu geçişlerle en iyi nasıl başa çıkılacağını ortaya koyabilir. Okyanus aynı zamanda olasılıkların toplamıdır.

Okyanus ve büyük denizler, bilinçaltının ve hatta bilinçdışının sembolleridir. Onlara bağlı totemler, zihnin daha derin seviyelerini uyandırmamıza yardımcı olabilir. Su, ruhsal yaşamımızı ve duygularımızı yansıtır. Denizlerde, okyanuslarda ve nehirlerdeki suyun kalitesi ve aktivitesi, kendimizin bu yönleri hakkında çok şey ortaya çıkaracaktır.

Nehirlerin hayvan yaşamı, yaratılış ve zamanın akışı ile kadim bir sembolik bağlantısı vardır. Nehirler, hayvanların su içmek için toplandığı yerlerdir. Nehrin hareketi genellikle zamanın geçişi için bir metafor olarak kullanılır. Nehirlerle bağlantılı veya nehirlerde karşılaşılan totemler, geçmişinizle ve/veya geleceğinizle çalışmanıza yardımcı olabilir.

Nehirler aktığı için sürekli bir evrimi yansıtırlar. Nehir suyunun kalitesi, akış hızı ve onunla ilişkilendirilen hayvan totemi, yaşamınızda evrim geçiren alanları ve bu süreçle en etkili şekilde nasıl çalışacağınızı belirlemenize yardımcı olacaktır.

**Kayalık Arazi**

Kayalık araziler, totem ve o bölgedeki faaliyetleriyle renklendirilmiş birçok olasılığı yansıtabilir. Kayalar, öykü ve mitlerde aşılması gereken engeller olarak tasvir edilmiştir. Genellikle gerçek benliğin sembolleridirler. Elbette, farklı kaya ve taşların farklı anlamları vardır; her birinin kendine özgü nitelikleri bulunur. Kayalık araziler, özellikle dağların yükseklerinde, ulaşılmaz oldukları için genellikle tanrı ve tanrıçaların ikametgahı olarak kabul edilmiştir.

Öte yandan, sağlamlığı, istikrarlılığı ve dayanıklılığı da yansıtabilirler. Yeni bir bakış açısı kazanabileceğimiz bir nokta olabilirler. Birçok insan, çevredeki araziyi görebilmek için kayalara çıkmaya veya üzerinde durmaya karşı koyamaz.

Hayvanların dilini öğrenmeye başlarken, öncelikle hayvanlara bakarız. Ancak burada durmayız. Eğer ilahi olanın doğa aracılığıyla bize nasıl ifade verdiğini gerçekten anlamak istiyorsak, totem'in bulunduğu ortamı ve eğer bulunduğu yer ile doğal yaşam alanı farklıysa, doğal yaşam alanını da incelemeliyiz.

Yaşamınız boyunca çeşitli yaşam alanları, iklimler ve hayvanlarla karşılaşacaksınız. Bunların hepsi size bir şeyler anlatmaya çalışacak.

Kendinize şu soruları sormak, doğanın hayvan dünyası aracılığıyla size ne anlatmaya çalıştığını anlama yeteneğinizi geliştirmenize yardımcı olacaktır. Hayvanlarla iletişim kurma yeteneğinizi gerçek bir kehanet yeteneğine dönüştürmenize yardımcı olacaktır:

• Hayvan toteminin özellikleri ve nitelikleri nelerdir? Göçmen mi yoksa bölgeye özgü mü?

• Doğal yaşam alanı nedir ve bu ne anlama gelir?

• Toteminizle karşılaştığınız ortamın sembolik anlamı nedir?

• Ortaya çıktığı iklim koşulları nelerdir? Genellikle hangi mevsimde görülür?

• Bu ortam ve hayvan size ve hayatınıza dair ne anlatıyor?

[İçindekiler]

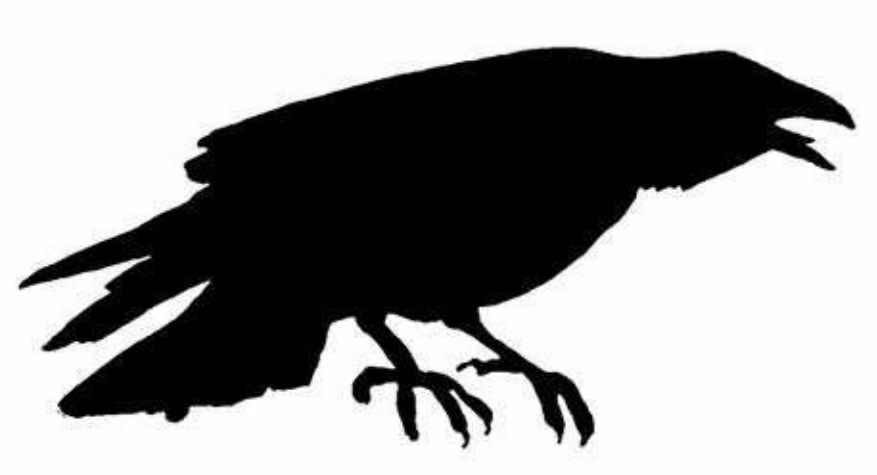
8. Rossbach, Sarah. Feng Shui—Çin Yerleştirme Sanatı (New York, EP Dutton, 1983), s. 2.

İKİNCİ BÖLÜM

KANATLI BÜYÜ

*Eğer insanların kanatları olsaydı ve siyah tüyleri olsaydı, çok azı karga olmaya yetecek kadar zeki olurdu.*

*-Henry Ward Beecher*



ALTINCI BÖLÜM

KUŞ TOTEMLERİ VE HAVANIN BAŞLANGICI

Kuşların kadim bir mitolojisi ve mistisizmi vardır. Çoğu toplumda hayvanlar görünmez güçlerin görünür işaretleriydi ve insanlar Tanrı'yı ancak yarattıkları aracılığıyla anlayabileceklerini fark etmişlerdi. Bu özellikle kuşlar için geçerliydi. Kuşların davranışları, özellikleri ve diğer nitelikleri hem doğal hem de doğaüstü bir öneme sahipti.

Kuşlar genellikle tanrılar veya tanrıların düşünceleri olarak düşünülürdü. İskandinav mitolojisinde, tanrı Odin'in haberci olarak iki kuzgunu vardı: Hugin (Düşünce) ve Munin (Hafıza). Orta Amerika mitolojisinde, hava tanrısı Quetzlcoatl, çoğunlukla tüylü bir yılan olarak tasvir edilir. Yerli Amerikan geleneğinde, Gök Gürültüsü Kuşu, büyük yaratıcı güce ve kudrete sahip bir ruhani yaratıktır. Mısır tanrısı Horus genellikle bir şahin başıyla tasvir edilirken, Mısır'ın hakikat tanrıçası Maat genellikle bir akbaba tüyüyle gösterilir. Hinduizmde kuşlar, daha yüksek bir varoluş halini temsil ediyordu.

Efsaneler, halk hikayeleri ve mitoloji, insanlığı birçok yönden etkileyen kanatlı yaratıklarla doludur. Pegasus, Yunan kanatlı atıdır. Harpiler kuş

benzeri kadınlardı ve antik grifon, büyük kanatlara ve kuş başına sahip hayvanların birleşimidir. Anka kuşu, kurban ateşlerinde yakılan ve daha sonra kendi küllerinden yeniden doğan efsanevi bir kuştur. Meleklerle temasın anlatıldığı çoğu öykü, bu varlıkları kuş benzeri özellikler yansıtan kanatlı olarak tasvir eder.

İlkel insanlar için kuşlar tanrıydı. Kuşlar gök gürültüsünü yaratabilir ve yağmuru getirebilirdi. Tüylü kanatları ve uçuşları insanların hayal gücünü harekete geçiriyordu. Bu eşsiz uçma yeteneği nedeniyle kuşlara birçok mistik ve sembolik anlam yüklendi.

Kuşlar ölümün habercisiydi ve hem iyi hem de kötü şans getirebilirlerdi. Kuşlar genellikle melek ve öğretmen ya da şeytan ve yıkıcı olarak görülürdü. Birçoğu onların ölülerin ruhları olduğuna inanıyordu. Çok küçükken katıldığım bir kateşizm dersinde, bir rahibe, vaftiz edilmeden önce ölen bir çocuğun nasıl kuşa dönüşeceğine dair bir hikaye anlatmıştı.

Kuşlar, gezegendeki en eski yaşam formlarından biridir. Birçok bilim insanı, kuşların 140.000.000 yıl önce sürüngenlerden evrimleştiğine inanmaktadır. İnsanlık tarafından bilinen en eski kuş, Yunanca "antik kanat" anlamına gelen arkeopteryx'tir.[9] Geç Jura dönemine ait bu kuşun fosili, kertenkele benzeri bir kuyruğa, keskin dişli çenelere ve kanatlarının dış ekleminde pençelere sahip olduğunu göstermektedir.

Uçmak, yeryüzünü terk edip göklere yükselmenin bir yoludur. Aynı zamanda gökyüzünden inip yeryüzüne konmanın da bir yoludur.

Kuşlar, insanlar ve ilahi olan, yeryüzü ve gökyüzü arasında bir köprüdür. Aşkınlığın, alt doğaların üstüne çıkmanın sembolleridir. Çocuksu bir doğanın evcilleştirilmesini veya üstüne çıkmayı yansıtırlar. Çoğu zaman, çok sabit, nihai veya olgunlaşmamış herhangi bir varoluş halinden kurtuluş, kuş

sembolizmi ve görünüşleri aracılığıyla yansıtılır. Aşkınlığın ve herhangi bir varoluş biçiminden daha üstün bir varoluşa geçişin nihai sembolleridirler.

Kuşlar, bilinçli zihin ile bilinçaltının birliğini yansıtır. Tam bir gerçekleşmenin elde edilmesini temsil ederler. Uçma yetenekleri nedeniyle, özlem, sezgi uçuşları, güzellik ve havada süzülme ile ilişkilendirilirler. Kuşlar, yaratıcı hayal gücünün kaynağıdır ve içimizdeki kendi sihirli uçuşlarımızı uyandırma yeteneğine sahiptirler.

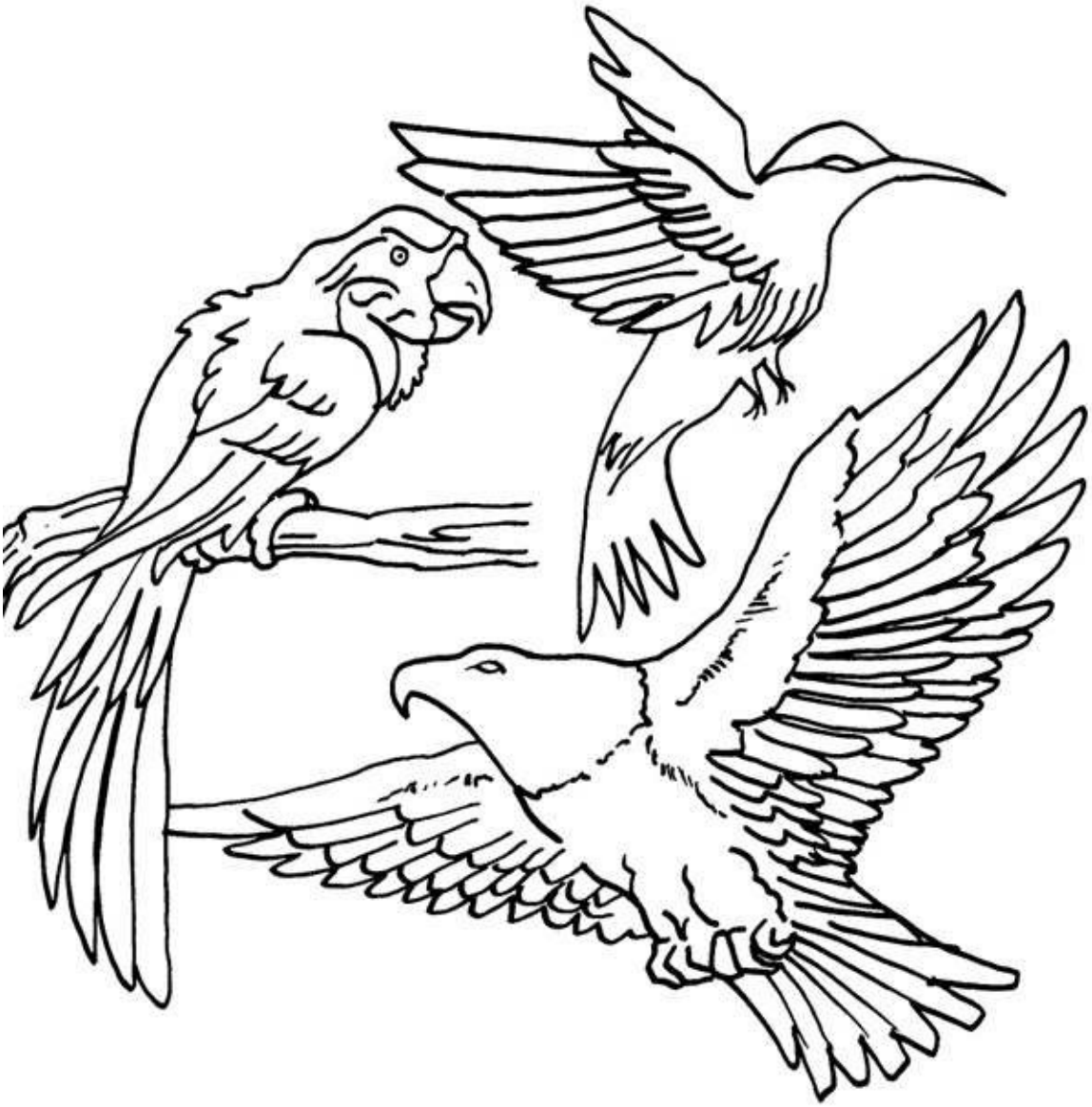
Her kuşun kendine özgü nitelikleri ve özellikleri vardır. Karşılaştığınız kuşları incelemek, kendi yaratıcı yeteneklerinizi tanımanıza ve kullanmanıza büyük ölçüde yardımcı olacaktır. Her birinin hayatınızda size yardımcı olma, hayatınızın her gününün yeni zirvelere yükselme fırsatları sunduğunu fark etmenizi sağlama yeteneği vardır.

Kargaların her yerde bulunmasının çok iyi bir nedeni olduğuna inanıyorum. Geleneksel olarak, sihirin sembolüydüler. Herkese seslenirler ve bağırırlar. Bu, sihrin her zaman etrafınızda olduğunu ve onu kendi hayatınızda kullanmanız için sizi çağırdığını sürekli olarak hatırlatmalıdır. Özellikle karşılaştığınız kargaların davranışları, hareketleri ve aktiviteleri, sihri hayatınızda nasıl uygulayacağınızı anlamanıza yardımcı olacaktır.

Kuşları gözlemlemeyi ve onların ruhsal önemini tanımayı öğrenmek, geçmiş, şimdiki zaman ve gelecek hakkında yeni algı yetenekleri açmanıza yardımcı olacaktır. Kuşlar tüm hayvanlarla konuşma bilgisine sahiptir. Fikirlerimizi somut ve etkili hale getirme bilgisine de sahiptirler. Hayatınızda daha yüksek bilinçte yeni sıçramalar yapabileceğiniz ve gerçek özünüzün yeni ifadelerini ortaya koyabileceğiniz dönemlere yaklaştıkça, kuşlar daha belirgin hale gelecektir. İşaretler, yol göstericiler, koruyucular ve öğretmenler olacaklardır.

Bu gibi zamanlarda karşılaştığınız kuşları incelemeye ve onlara saygı göstermeye başladığınızda, kendinizi tüylerle ödüllendirilirken bulacaksınız. Gittiğiniz her yerde tüylerle karşılaşacaksınız. Ayrıca, size neden böyle bir hediye verdiklerini bilmeseler de, size doğru geldiğini *düşündükleri için size tüyler sunacaklardır* . Bu hediyelere saygı gösterilmelidir.

Tüyler uzun zamandır rüzgar, zihin, yeni uçuşlar ve tüm yaratıcı tanrı/tanrıçalarla ilişkilendirilmiştir. Bir tür tamamlayıcı dil olup, işaret ve armağan olarak belirli işlevlere hizmet ederler; bunların en yaygın olanları şunlardır:



• Tanrılar, tanrıçalar ve belirli ilahi güçlerle doğrudan bağlantı,

• Tanrı/tanrıçanın (ilahi gücün) seyahat ederken aldığı bir biçim,

• İnsanlar arası bir sinyal,

• Kendinizde veya çevrenizde ele almanız gereken nitelikler ve özellikler,

• Geliştirebileceğiniz bir ilaç veya kalite,

• Hayvanlar, melekler ve/veya peri diyarı varlıkları da dahil olmak üzere doğanın belirli yönlerine dair öğretmenlere bağlantı.

• Alametler ve işaretler,

• Dua etme, dileklerde bulunma ve belirli doğal güçlerle uyum sağlama araçları,

• Sizin için yakında gerçekleşecek yeni değişimlerin ve bilinçte yaşanacak yeni sıçramaların bir yansıması,

• Hayatınızda büyünün kanatlarını açmaya yönelik bir çağrı.

Bunların çoğu sonraki birkaç bölümde ayrıntılı olarak ele alınacaktır. Her zaman aklınızda bulundurun ki, bir kuşun kanatları ve tüyleri onu cennetin bir parçası yapar. Her tüy özel bir hediye ve bir vaattir. Her tüy sizi herhangi bir kuşun belirli arketipsel enerjileriyle bağlayabilir. Şahinlerle bağlantı kurmak için şahin tüyüne sahip olmanız gerekmez. Mevcut herhangi bir tüyü onurlandırmak ve kullanmak, uyum sağlamanıza yardımcı olacaktır.

Çünkü tüm tüyler insan ruhu ve onun ilahi olana olan doğal bağlantısıyla ilişkilidir. Her tüyün genel uygulamaları olsa da, kendi yaşam koşullarınızdaki işlevini anlamak için her bir kuş ve tüylerinin kendine özgü nitelikleri incelenmelidir. Özelliklerini ve davranışlarını incelemeli ve kendi yaşamınızla bağlantılar kurmalısınız. Bunu yaptıkça, o kuş ve tüyleri aracılığıyla tezahür eden güçler size daha dinamik bir şekilde tezahür etmeye başlayacaktır.

İşte bu noktada hayatınızda açığa çıkmaya başlayan simya sürecini anlamaya başlarsınız. Simya, altındaki altını ortaya çıkarmak için cürufu yakma sürecidir. Yakında gerçekleşecek olan daha yüksek bilinç seviyelerine doğru sıçramaları görmeye başlayacaksınız.

Kuşlar ve tüyler, özellikle aktivasyon gücü aracılığıyla, simya sürecinin geleneksel sembolleri olarak sıklıkla kullanılmıştır. Kuşun/kuşların konumu ve eylemi, simya sürecinin hayatınızda nasıl tezahür edeceğini belirlemenize yardımcı olacaktır.

Simyada, bir maddenin en gerçek özünü elde etmek için saflaştırılması ve yoğunlaştırılması anlamına gelen damıtma işlemi iki aşamalıdır. Birinci aşama genellikle uçuculaştırma yoluyla gerçekleşir; bu, gereksiz olanın dağılması ve buharlaşması için ısıtma işlemidir. İkinci aşama ise çökelme ve yoğunlaşma yoluyla gerçekleşir; gereksiz unsurlar buharlaştıktan sonra özün elde edilmesidir.

**Kanatlı Büyü**

İster şahin, ister kartal, isterse minicik bir sinek kuşu olsun, tüm kuşlar uçma yetenekleriyle hayranlık ve büyülenme duygusu uyandırır. Bize, hepimizin içinde bulunduğumuz koşulların üstesinden gelebileceğimizi hatırlatırlar. Onlar, aşkınlığın nihai sembolleridir.

Buharlaşma, gökyüzüne doğru uçan bir kuşla, yoğunlaşma ise yere doğru süzülen bir kuşla sembolize edilir. Ancak, kuşun gerçek gücünü ve hayatınızdaki simya sürecini nasıl yansıttığını belirlemek için renkleri, davranışları ve tüm yönleri incelenmelidir. Bu kuş totemi, hayatınızın hangi yönlerinin gereksiz olduğunu ve buharlaştırılması gerektiğini gösteriyor? Hayatınızın hangi yönlerinin daha büyük güç ve sihir için yoğunlaştırılması ve çıkarılması gerekiyor?

Kuşlar, Hava İnisiyasyonunun başlıca sembolleridir. Bu inisiyasyon, daha yüksek bir bilgiye açılmaya başladığınız bir dönemi yansıtır.

ve bilgelik, kendinizi yükseltmek için onu kullanma yeteneği ve fırsatının artmasıyla birlikte gelir. Hava İnisiyasyonu, normal bilinci evrensele bağlayan ilahi fikirlere daha tam olarak açılmayı öğrenmektir. En yüksek sezgi biçimlerini geliştirme ve tezahür ettirme fırsatından bahseder. Geliştirilmezse, daha düşük psişik biçimlerde tezahür edecektir. Hava İnisiyasyonu, fiziksel zaman ve mekanın ötesindeki alemlere açılmaktır.

Bu inisiyasyon sayesinde zihnin işleyişini anlamayı ve kontrol etmeyi öğrenirsiniz. Bu anlayış, salt bilgi birikimiyle elde edilmez. Bu anlayış, psişik algıları ruhsal sezgiye dönüştürmeye dayanan, daha yüksek bir bilgelik ve duyarlılığa dayalı bir anlayıştır.

Cenneti ve yeryüzünü ayıran şey havadır. Kuşların da rahatlıkla gidip geldiği bir alandır. Dolayısıyla hava ve kuşlar, kendi maneviyatınız ile fiziksel bilinciniz arasında bir bağlantı oluşturur.

Hareket halindeki hava bir kuvvettir. O rüzgârdır. Bu rüzgâr ve onun üzerinde uçma ve yükselme yeteneği zihnin içindedir. Kuşlar, zihin üzerinde en aktif şekilde etkili olan arketipsel enerjileri yansıtırken, aynı zamanda bu rüzgârlara binmeyi öğrenmenizi de hatırlatır. Size, kendi kanatlarınızı - ilhamınızı, yaratıcılığınızı ve sezgilerinizi- kullanmayı öğrenirseniz uçabileceğinizi hatırlatır.

Hava da yaşam için vazgeçilmezdir. Nefes alarak yaşarsınız ve hava solursunuz. Etrafınızda esen hava neyse, onu içinize çekersiniz. Bu başlangıç, çevrenizi ve hayatınızı kontrol etme konusunda yeni bir öğrenmeyi yansıtır. Hayatınıza neyin girmesine izin vereceğinizi kontrol etmeyi öğrenmek, kuş totemlerinizin size en etkili şekilde öğretebileceği şeydir.

Güç ve öz denetim, yeni bir sorumluluk duygusuyla birlikte bu başlangıcın bir parçasıdır. Kuşlar genellikle yeni enerjilere ve boyutlara köprü kurmayı ve açılmayı yansıtır. Kuşlar, hayatınızın belirli unsurlarının üstesinden gelmenizi sağlayacak yaratıcı ifadeye çağrışım yapar.

Kuşlar, insanlığın geniş akrabalarıdır. Çoğu hayvan türü arasında eşsizdirler. İnsanlar gibi iki ayak üzerinde dururlar. (Ayı da, iki ayak üzerinde yürüyebilme yeteneği nedeniyle insanlığın geniş akrabası olarak kabul edilir.) Onlar sadece Doğa'nın ve İlahi Varlığın bir parçası değil, aynı zamanda her ikisinin de aracılarıdır. Kuşlarla çalışmaya ve onlardan bir şeyler almaya başladığınızda, hem Yeryüzünün hem de Gökyüzünün gizemleri size açılır. Kuşlar bizi yeni ruhsal farkındalık ve yaratıcılık uçuşlarına davet eder. Sonraki bölümler size bu daveti nasıl kabul edeceğinizi gösterecektir.

**Kartal Dansçısı**

Kostümler ve hareketler, çeşitli hayvanların ardındaki arketipsel gücü uyandırmak için kullanılır. Kartal dansları birçok insan grubu tarafından kullanılmıştır. Kartal, gözden kaybolacak kadar yükseklerde süzüldüğü için güçlü bir totemdir. Güneşle yakın bir ilişkisi olduğuna inanılır. Gücü genellikle şifa amaçlı kullanılır. Kostümdeki tüyler, uçuşu taklit eden hareketlerle birlikte, enerjisini ortaya çıkarmaya yardımcı olur. Farklı tüyler, kartalın farklı enerji niteliklerinin sembolleridir. Uçuş tüyleri gücü, kabarık tüyler ise yaşam nefesini simgeler.

[İçindekiler]

9. Bantock, Nick. Kanatlar (New York, Random House, 1991), s. 5.

YEDİNCİ BÖLÜM

KUŞ TIPINA YÖNELİK ÇALIŞMALAR

Kuşlar günlük hayatımızın bir parçasıdır. Çoğu insan onların varlığına neredeyse hiç dikkat etmez. Dikkat ettiklerinde ise, manevi bir bakış açısıyla dikkatlerinin çoğu, yaklaşık 420 farklı türü bulunan yırtıcı kuşlara odaklanır. Yırtıcı kuşlar genellikle kuş dünyasının aristokratları olarak kabul edilir. Uzun zamandır otoritenin sembolleri olmuşlar, güzellik, güç ve ihtişam duyguları uyandırmışlardır.

Keskin bakışları, sivri gagaları ve güçlü pençeleri asil bir gücü yansıtır, bu yüzden çoğu insan onlara hayran kalmakta zorlanır.

Kuşların tıbbi ve güç özelliklerinin incelenmesi yalnızca yırtıcı kuşlarla sınırlı kalmamalıdır. Hemen hemen her kuşun eski ve sembolik bir bağlantısı olmuştur. Ağaçkakanlar sihir ve ritmin sembolüydü ve karga, Alaska'daki Athapaskan Kızılderilileri için ışığın getiricisiydi. Eski Hermetikçiler için pelikan, yavrularını kendi göğsünün kanıyla beslediğine dair bir halk efsanesi nedeniyle kendini feda eden bir kuştu. 11 Kuşlar, dünyanın dört bir yanındaki paganlar, Hristiyanlar, kahinler, peygamberler ve yerli halklar için sembol ve işaret olmuştur.

Tüm kuşlar içgüdü ve reflekslerle hareket eder. Karşılarına çıkan her türlü veriye otomatik olarak tepki verme yetenekleri vardır. Bu, hayatta kalma içgüdülerinin bir parçasıdır. Herhangi bir kuş totemi bize, içgüdüsel ve/veya sezgisel bir düzeyden otomatik olarak tepki verme yeteneğini öğretebilir. Bu şekilde, hayatımızın akıntılarına kapılmak yerine, doğuştan gelen sezgimizi daha etkili bir şekilde kullanmayı öğrenebiliriz.

Kuşların ihtişamı ve gücü hakkındaki yanlış anlamalara dikkat etmelisiniz. Doğanın bu ifadesiyle ilişkili şifa ve enerjilerle gerçekten çalışmayı amaçlıyorsanız, genel olarak kuşları daha iyi anlamanız gerekir. Bu, kuşlarla hayvan dili kurmanın ilk adımıdır.

Kuşların, hayvan yaşamı arasında eşsiz bir yapısı vardır. "Kuş beyinli" olmak aptallıkla eş anlamlı kabul edilse de, bu bir yanılgıdır. Kuşlar harika öğretmenlerdir. Beyinleri, yaşadıkları hayata uyarlanmıştır. Bilinçleri, an be an kendi yaşam süreçlerine bağlıdır. Kaç insan aynı şeyi söyleyebilir? Eğer insanlar da kuşlar gibi tek bir şeye odaklanma yeteneğine sahip olsaydı, çok daha fazlası başarılabilirdi.

Kuşun vücudu elbette hafiflik için tasarlanmıştır. Bu, uçmak için çok önemlidir. Uçamayan sadece birkaç kuş vardır; devekuşu ve penguen bunun en önemli örnekleridir. Kuşların kemikleri bile hafifliği ve uçmayı desteklemek için içi boş ve hava ile doludur.

Uçuş için gerekli olan hafifliği sağlamak amacıyla tüm metabolizmaları hızlanır. Kuş totemleriyle uyum sağlayanlar, kendi metabolizmalarını düzenlemek için kuşu kullanabilirler. Kuş tıbbıyla çalışmak, bedende olmasa bile ruhta muazzam bir hafifliğe yol açar. Bu hafiflik, bilincin özgürleşmesidir ve bedeni terk etme yeteneğini (astral projeksiyon) geliştirmek için kullanılabilir.

Kuşların sindirim sistemi çok hızlıdır ve genellikle diğer hayvanlara göre daha eksiksizdir. Kuş totemleriyle çalışanlar, kendi sindirim sistemlerinde değişiklikler yapmak için kuşlarının özel beslenme alışkanlıklarından ipuçları alabilirler. Düzenli ve eksiksiz boşaltım, yaşamınızda uçuş için aynı hafifliği geliştirmek için çok önemlidir. Çoğu kuşun atık depolama yapısı yoktur; bu da kuş totemleriyle çalışanlarda, özellikle yeni uçuşları aşılamak için, eksiksiz boşaltımın gerekliliğini pekiştirir.

Hızlanmış metabolizmaları, birçok kuşun yiyecekleri çok daha hızlı yakmasına neden olur. Bu nedenle genellikle daha sık, ancak daha küçük miktarlarda yemek yerler. Günümüz beslenme uzmanları, geleneksel günde üç tam öğün yerine, gün boyunca daha sık ve daha küçük miktarlarda öğünler yemeyi insan vücudu için çok daha sağlıklı bulmaktadır. Birçok kuş, en fazla miktarda salınabilir enerji için yüksek oktanlı yiyeceklere odaklanır. Bir sinek kuşu, ağırlığına oranla insan vücudunun 50 katı hızda yiyecek yakar; bu nedenle sürekli olarak çiçeklerden ve bitkilerden şeker ve nektar arar.

Birçok kuş türü, vücudun daha az yiyeceğe ihtiyaç duyduğu bir uyuşukluk hali geliştirebilme yeteneğine de sahiptir. Yaşam hızlarını yavaşlatırlar. Kalp atışları yavaşlar, solunum azalır ve vücut sıcaklıkları düşer. Bu durum birçok yönden memelilerde görülen kış uykusuna benzer. Ancak kuşlar için bu, daha az yiyecekle daha uzun süre dayanmalarını sağlar. Aldıkları yiyeceklerin tüm enerjisini kullanabilirler.

Bu yetenekler, kuş totemleriyle uyum sağlayan kişiler tarafından da geliştirilebilir. Kuşlarınızın yeme ve sindirim alışkanlıklarını inceleyin.

Bunu kullandıkça, metabolizmanızın ve sindirim sisteminizin de aynı ritimleri ve düzenleri yansıtmaya başladığını göreceksiniz.

Eğer bir kuş totem olarak hayatınıza girerse, bu durum beslenme alışkanlıklarınızda, metabolizma hızınızda ve sindirim sisteminizde gerekli olabilecek değişikliklere yansıyacaktır.

Genel sağlığınız ve gelişiminiz için. Hatta ruhsal gelişiminizdeki bir sonraki adım için gerekliliğini bile yansıtabilir. Her zaman kendinize şu soruyu sorun: "Bu kuş bana ne öğretmeye çalışıyor?"

Kuş totemleriyle çalışmak, ihtiyaç duyulduğunda metabolizmanızı hızlandırabilecek veya yavaşlatabilecek yeni nefes alma yöntemlerini öğrenmenizi sağlayabilir.

Kuşlar, yiyeceklerin yanmasını sağlamak için hava ve oksijen kullanırlar. Kendi yiyeceklerinizden ve vücudunuzdan daha fazla enerji elde etmek için yeni nefes alma teknikleri öğrenmek, kuşların öğretebileceği şeylerden biridir. Yeni nefes alma kalıplarıyla deneyler yapın. Totemlerinizin nefes alma ritimlerini inceleyin ve onları taklit etmeye çalışın. Bu, o kuşun enerjisine ihtiyaç duyduğunuz zamanlarda size fayda sağlayacaktır.

Kuşlar nefessiz kalmazlar. Tam anlamıyla nefesin içine uçarlar. Akciğerlerimizi genişletmek için diyaframımızı kasarız. Rahatladığımızda, göğüs kafesi normal boyutuna döner ve nefes veririz. Çoğu kuş tam tersi şekilde nefes alır. Kas çabaları havayı içeri çekmek yerine dışarı atar. Rahatladıklarında otomatik olarak temiz hava içeri çekilir.

Bu, bir dereceye kadar geliştirebileceğimiz bir teknik. Ancak, kas yapımız çok farklı olduğu için süreci birebir kopyalayamayız. Kuşların göğüs kasları

aynı zamanda akciğerlerini de çalıştırır. Bizimkiler çalıştırmaz. Kuşların ayrıca tek yönlü bir hava sistemi de vardır. Nefes alıp vücutlarından geçirirler, bu nedenle akciğerlerinde her zaman temiz hava bulunur. Kuş totemleri olanlar için bu çok önemlidir. Kendi fiziksel ve ruhsal sağlığınız için düzenli olarak akciğerlerinize temiz hava almalısınız. Dışarıda olmak ve düzenli olarak derin nefes egzersizleri yapmak size çok güç verecektir. Genel sağlığınız için gerekli olacaktır.

Kuş totemleri olanlar için temiz hava ile temas, aktivite içeriyorsa en etkili yöntemdir. Sadece oturup nefes almak yerine, açık havada yürüyüş yapmak daha etkilidir. Bir kuşun en güçlü nefes alma aktivitesi uçuş sırasında gerçekleşir, çünkü göğüs kaslarını (kanatları kontrol eden kaslar) hareket ettirdikçe akciğerler havanın içeri girmesine izin verir. Nefes alma hızınızı artırmayı ve yavaşlatmayı deneyin. Ancak, insanların kuşların nefes alma hızını taklit edemeyeceğini unutmayın. Ortalama bir insan dakikada yaklaşık 16 kez nefes alır ve egzersiz sırasında bu sayı beş veya altı kat artar. Dinlenme halindeki bir güvercin dakikada 29 kez, uçuş halindeyken ise yaklaşık 450 kez nefes alır.

Nefes alıp verme ve gevşeme üzerinde çalışarak stresi ortadan kaldırırız. Ayrıca hayatımızda üzerinde çalıştığımız şeyleri başarmak için daha az çaba harcadığımızı da görürüz. Nefesle ilişkili çok eski ve güçlü bir mistisizm vardır. Yoga, vücudu prana veya enerjiyle doldurmak için çeşitli nefes tekniklerinin değerini öğreten bir disiplindir. Çin disiplini chi kung, doğru nefes alma yoluyla iç enerjiyi daha büyük bir dış ifadeye dönüştürmeyi öğrenmeyi içerir. Taoizm'in nefes ve vücut sağlığıyla ilgili kendine özgü öğretileri vardır. Vücudu gevşetmek, enerjisini artırmak, beyin fonksiyonlarını uyarmak ve birçok sağlık sorununu düzeltmek için kullanılabilecek birçok teknik vardır.

Nefes ve hava hayattır ve kuşlar her ikisinin de sırlarını elinde tutar, çünkü bu onların doğal alanıdır. Bu kitapta tüm nefes tekniklerini inceleyemeyiz,

ancak bibliyografyada başlamanıza yardımcı olabilecek bazı kaynaklar bulunmaktadır. Unutmayın ki kuşlar nefesin gücünün sırlarını elinde tutar. Kuşlar ve özel kuş toteminiz hakkında ne kadar çok şey öğrenirseniz, onun aracılığıyla tezahür eden arketipsel güçlerle o kadar çok uyum sağlayabilir ve onlara erişebilirsiniz.

Genel olarak tüm kuşların mükemmel bir görme yeteneği vardır. Görme yetenekleri insanlara göre çok daha gelişmiştir ve bu da onlara mesafeleri değerlendirme konusunda muazzam bir yetenek kazandırır. Bu görsel bakış açısı, kuş totemlerimizin bize öğretebileceği şeylerden biridir. Uzaktaki şeyleri daha net görmemize yardımcı olabilirler; bu nedenle, daha yüksek sezgisel ayrımcılık biçimleri geliştirmek için harika araçlardır.

Birçok kuşun başının her iki yanında da gözleri vardır. Bu, aynı anda daha fazla yönden yaklaşan şeyleri görmelerini sağlar.

Toteminiz böyle mi? Eğer öyleyse, aynı anda çeşitli yönlere (geçmiş, şimdiki zaman ve gelecek dahil) bakmayı öğrenmenize yardımcı olabilir. Diğer kuşların da ön tarafta çift gözleri vardır ve dünyayı bizim gibi görürler. Bunun en yaygın örneği baykuştur. Kuşun boynu oldukça esnektir ve bu da görüş alanını daha geniş bir alana yaymasını sağlar. Boynu gevşek ve esnek tutmak, kuş totemine sahip herkes için çok önemlidir. Düzenli masajlar ve esneme hareketleri sadece fiziksel görüşünüzü değil, sezgisel görüşünüzü de geliştirecektir.

Boyun bölgesi büyük sembolik öneme sahiptir. Baş ile vücudun gövdesi, yani üst ve alt kısmı arasındaki bağlantı noktasıdır. İkisi arasında bir köprüdür. Köprü, yeni alemlere açılmayı veya birleşmeyi simgeleyen eski bir semboldür. Boyun, düşünce ve algılardaki esnekliği yansıtabilir.

Eğer hayatınıza totem olarak bir kuş girdiyse, belki de çok esnek olmamanızdandır. Çok mu katı davranıyorsunuz? Önünüzde veya arkanızda

ne olduğunu görmekten mi korkuyorsunuz? Başkalarının bakış açılarını görmeyi mi reddediyorsunuz? Yeni bir vizyona, yeni alemlere açılmaya hazır mısınız?

Genellikle kuş totemleri, dünyaya ve hayata daha yaratıcı bir bakış açısını da gösterir. Birçok kuş, özellikle yırtıcı kuşlar, üç göz kapağına sahiptir. Bizimkine benzer bir üst göz kapağına sahiptirler. Özellikle baykuş, üst göz kapağını insanlar gibi hareket ettirerek insana benzer bir görünüm kazanır. Kuşların ayrıca bir alt göz kapağı da olabilir. Bu genellikle uyurken kapalıdır. Şahinler, alt göz kapağını yukarı hareket ettirerek gözlerini kapatırlar. Niktitan göz kapağı adı verilen üçüncü bir göz kapağı daha vardır. Bu göz kapağı, göz yüzeyini nemlendirmek ve temizlemek ve uçarken rüzgara karşı korumak için yanlara doğru hareket eder.

Üç, geleneksel olarak yaratıcılık ve yeni doğuşun sayısıdır. Bu durumda gözlerle ilişkilendirildiği için yeni bir vizyonu yansıtır.

Göz kapakları üzerinde yapılacak kısa bir meditasyon, kendi hayatınızda görme biçiminizin nasıl değişeceğine dair dinamik bir içgörü ortaya çıkaracaktır.

Kuş totemlerinizin uçuş düzenlerini ve davranışlarını incelemek her zaman iyi bir fikirdir. Bu, birçok bilgi ortaya çıkaracaktır. Bunun yönleri, "Tüy Büyüsü" başlıklı bir sonraki bölümde ele alınacaktır. Tüm kuşlar iki temel şekilde uçarlar: (1) kanat çırparak ve (2) süzülerek ve yükselerek. Çoğu ikisinin bir kombinasyonunu kullanır. Ayrıca irtifa kazanmak için doğal akıntıları da kullanırlar. Kuş totemine sahip herkes, kendi hayatında doğal akıntıları tanımayı ve kullanmayı öğrenmelidir. Bu, her şeyden daha çok, size en büyük başarıyı getirecektir. Kanat çırpmanın ve süzülmenin zamanları vardır. Kuşunuzun doğal ritimlerini öğrendikçe, hayatınızın da bu ritmi benimsediğini göreceksiniz. Bu gerçekleştiğinde, daha az enerji harcadığınızı ve daha çok şey başardığınızı fark edeceksiniz.

Göç, birçok kuş türü için ortak bir olgudur. Göç, basitçe yiyecek bulmak için bir iklim bölgesinden diğerine geçiş hareketidir. Kuşlar ne zaman başlayacaklarını, hangi rotayı izleyeceklerini, nereye gideceklerini, dönüş yolculuğuna ne zaman başlayacaklarını vb. bilirler. Daha önce bu yolculuğu yapmış yaşlı kuşları takip etmek zorunda değillerdir. Rota bir şekilde içlerine işlenmiş olarak doğarlar. Birçok bilim insanı bunun, onlara doğuştan gelen bir yön ve zamanlama mekanizması sağlayan bir tür hücresel bilgi olduğunu düşünmektedir.

Göçmen bir toteminiz varsa, onun desenlerini inceleyin. Bu totem, kendinizi en eksiksiz şekilde gerçekleştirmenize ve tamamlamanıza yardımcı olacak, içsel yön ve zamanlama mekanizmanızı geliştirmenize yardımcı olacaktır. Bu, size en faydalı olan "besin" kaynaklarına -gerçek yiyecekler, işler, diğer insanlar veya hatta sevgililer- doğru kendi göçünüzde size yardımcı olacaktır.

Bazı kuşların göç etmesi gerekmez. Kendi iklim bölgelerinde hayatta kalmalarını etkileyen bir uyum yeteneği geliştirmişlerdir. Göçmen olarak düşünülmeyen diğer kuşlar da zaman zaman göç edebilir ve bu da bize herhangi bir zamanda çok fazla sabit kalmamamız gerektiğini hatırlatır. Kuşların bize öğretebileceği şeylerden birinin de esneklik olduğunu unutmayın. Yırtıcı kuşlar genellikle göçmen olarak düşünülmez, ancak onlar bile gerektiğinde göç ederler. Genellikle, sadece gerekli olduğu kadar uzağa giderler.

Tüm kuşlar hava koşullarına duyarlıdır. Zaman ve pratikle siz de kuşunuzun hava koşullarındaki değişikliklere nasıl tepki verdiğini, olay gerçekleşmeden önce fark edebileceksiniz. Tüm kuşlar size hava değişikliklerini nasıl tanıyacağınızı ve hatta kendi değişikliklerinizi nasıl yaratacağınızı öğretebilir. Elbette bu büyük bir sorumluluk gerektirir.

Babam birkaç yıl önce vefat ettiğinde, kardeşlerimle birlikte cenaze töreni için Güney Carolina'ya gittik ve ardından naaşı defnedilmek üzere Dayton, Ohio'ya geri getirdik. Tören gecesi hava çok kötüleşti, karla karışık yağmur ve buzlanma oldu.

Ertesi sabah Dayton'a doğru yola çıktığımızda herkes yolların donmasından, uçakların kaçırılmasından ve diğer tehlikeli sorunlardan endişeleniyordu. Herkese endişelenmemelerini, her şeyin yolunda olacağını söylemeye çalıştım ama tabii ki kimse dinlemedi.

O gece, geçmişte sorunlu hava koşullarını seyahat yolumdan uzaklaştırmak için kullandığım özel bir meditasyon tekniğini uyguladım.

Bu egzersizi sık kullanmasam da çok etkili. Kuş totemlerimi ve diğer unsurları içeren bir egzersiz. Yıllar içinde fark ettim ki, hava durumunu bir bölgeden uzaklaştırırsam, başka bir yere gitmesi gerekiyor, bu yüzden egzersizi kullanmanın çok ciddi bir sorumluluğu var. O gece, soğuk algınlığı geçiriyordum, yorgundum ve biraz bitkindim, bu yüzden olması gerektiği kadar dikkatli değildim. Daha fazla çaba gerektiren hava koşullarını dağıtmak yerine, herkesin Dayton'a dönerken kullanacağını düşündüğüm yoldan sadece uzaklaştırdım.

Ertesi sabah yollar açıktı, sadece bir yerde hafif kaygan bir nokta vardı ve oraya vardığımızda erimeye başlamıştı. Hava kapalı olmasına rağmen kar veya yağmur yoktu ve öğlen saatlerinde bulutlar dağılıp güneş parlamaya başlamıştı.

Kardeşlerimle Dayton'a vardığımızda, annemin uçağının kar fırtınası nedeniyle iptal edildiği bilgisi verildi. Annem ve kız kardeşim, babamın cenaze töreni ve defni için Dayton'a geri dönüyorlardı. Annemin, tahmin ettiğim havaalanından uçmayacağını fark ettim. Aksine, uçuşu, benim olumsuz hava koşullarını bildirdiğim havaalanıyla aynı hizada olan bir

havaalanından planlanmıştı. O sırada, uçuşun ertesi güne kadar gerçekleşemeyeceği ve bunun da tüm cenaze düzenlemelerini alt üst edeceği düşünülüyordu.

Elbette bazı düzeltici çalışmalar yapmam gerekiyordu. Bu çalışmalar tamamlandı ve uçuşlar aynı günün ilerleyen saatlerinde yeniden başladı. Bu olay, bu doğal güçleri kullanırken ekstra dikkatli olmam gerektiği konusunda beni daha da cesaretlendirdi. Enerjileri güçlü ve onlarla çok şey başarılabilir, ancak ciddi bir sorumluluk da söz konusu. Sorun yaratmak çok kolay olabilir. Eğer totemlerimle uzun süre çalışmasaydım ve onların eşsiz enerjilerine nasıl erişeceğimi bilmeseydim, bunların hiçbiri başarılamazdı. Pratik ve azimle, kuşlar büyük mucizeler öğretebilir.

Toteminizin hem genel hem de özel özelliklerine daha yakından bakmaya başladıkça, dilinin bazı yönlerini daha iyi anlayacaksınız. Hayatınız hakkında size ne söylediğini anlamaya başlayacaksınız. Açıkça görünen benzerlikleri görmeye başladığınızda, ince ayrıntılar daha kolay bir şekilde kendini gösterecektir. Bu bölümün geri kalanı, kuşların size -sizin ve hayatınız hakkında- ne söylediğini gerçekten anlamaya başlamanıza yardımcı olacaktır.

## KUŞLARIN DİLİNİ ANLAMAYA YÖNELİK ALIŞTIRMALAR

Kuşlar genellikle alamet, tapınma nesnesi ve hatta hava tahmincisi olarak görülür. Uygun şekilde dinlemeyi öğrenen herkesle iletişim kurarlar. Ancak her insan, sağlam bir bilgiye dayanarak, kuşun iletişiminin gerçeğinin kendi hayatına nasıl yansıdığını hissetmeyi öğrenmelidir. Bilgi bize Doğa ve tüm canlıları aracılığıyla gelir. Beden ve zihin, gördüklerimizin önemli olduğunu bilir ve hisseder. Kuşun uçuşu ve yönü tesadüfi veya anlamsız değildir. Uçuş zamanı, kuşun göründüğü yer ve diğer kuşların ve hayvanların nasıl tepki verdiği, bizim için anlam bakımından zengin mesajlardır. Doğa, fiziksel

dünyada İlahi olanı yansıtır. Doğadaki hayvanlar, bu yansımaların gölgeleridir.

**Alıştırma 1: Güne Başlamak**

Walt Whitman bir keresinde şöyle yazmıştı:

Her gün bir çocuk dışarı çıkıyordu,

Ve ilk baktığı nesne, o nesneye dönüştü.

Ve o nesne, o gün veya günün belirli bir bölümü için onun bir parçası oldu.

Ya da uzun yıllar boyunca ya da yıllar süren bir döngü halinde. 12

Kuşlar alemiyle iletişimi başlatmak için kullandığımız fikir de aynı. Bize söylenenleri algılama yeteneği, sağlam bir bilgi temeli oluşturursak zorlanmaya gerek duymaz. Sadece derin bir farkındalığa ve daha kapsamlı bir anlayışa doğru gevşemeyi içerir.

Kendiniz olun. Bu kitaptaki egzersizler bu yeteneğinizi geliştirmenize yardımcı olacaktır. Acele etmeyin. Doğal olarak gelişmesine izin verin.

Uyandıktan sonra ilk iş olarak başlayın. Birkaç dakika ayırın, rahatlayın ve zihninizi sakinleştirin. Kendinizi dışarı adım atarken ve bir kuşla karşılaşarak doğanın sizi karşıladığını hayal edin. Zihninizde, o gün sizin için en anlamlı mesajı taşıyan kuşun karşınıza çıkacak kuş olmasını dileyin. Kuşun, sizin için günün nasıl geçeceğini yansıtacağı fikrini zihninizde canlandırın.

Bunu olabildiğince ayrıntılı bir şekilde zihninizde canlandırın. Bunun sadece bir hayal ürünü olabileceğinden veya batıl inançlara kapılacağınızdan endişelenmeyin.

Bu sadece bir kapı açma alıştırması. Doğayı, hayatınız hakkında bilgi edinmenizi sağlayan bir kaynak olarak görmeye ve ona yanıt vermeye başlamanıza yardımcı olur.

Ayrıca kuşların zihinsel aktivitelerle ilişkilendirildiğini de unutmayın; bu nedenle düşünceleriniz, sizin için önemli olan kuş totemleri tarafından algılanacaktır.

Doğanın size nasıl yanıt vermesini istediğinize dair bir zihniyet geliştirin. Dışarı çıkmadan önce meditasyonunuzda, mesajın size nasıl ulaşmasını istediğinizi belirlemek için zaman ayırın. Kuş sağınızda belirirse, bunun neyi ifade etmesini istersiniz? Solda mı? Kuzeyde mi? Güneyde mi? Doğuda mı? Batıda mı? Yukarı mı uçuyor? Aşağı mı uçuyor? Bunların ne anlama gelmesini istediğinizi önceden bilin. Bunlarla sürekli birlikte kalmak zorunda değilsiniz; kuşlarla ilişkiniz geliştikçe, iletişim süreci de gelişecektir.

Kuşların uçuş yönüne dikkat etmek, doğayı dinlemenin eski bir yöntemidir. Yaygın bir inanışa göre, bir yolculuktan önce sağa doğru uçan bir kuş, her şeyin yolunda gideceğini gösterirdi. Sola doğru uçması ise evde kalmanın daha iyi olacağını gösterirdi. Daha önce de belirttiğim gibi, yıllar içinde seyahatlerim sırasında belirli şahin duruşlarının ve hareketlerinin genellikle ne anlama geldiğini tanıma yeteneği geliştirdim.

Bunu şimdi geliştirmeye başlayabilirsiniz.

Günde birkaç dakikanızı bu zihniyeti oluşturmaya ve doğaya almaya hazır olduğunuz mesajını göndermeye ayırın. Kendinizi doğaya ve onun çeşitli ifadelerine karşı tepkinizi derinleştirmek için programlıyorsunuz. İletişim için zemin hazırlıyorsunuz.

Doğayı, çok belirgin ve özel yönergeler doğrultusunda yanıt vermeye davet ediyorsunuz, böylece onun mesajlarını daha etkili bir şekilde

anlayabileceksiniz. Bir sonraki adıma geçmeden önce bunu yaklaşık bir hafta boyunca her sabah beş dakika yapın.

Bir haftalık hazırlık meditasyonlarından sonra, işi bir adım daha ileri götürme zamanı geldi. Görselleştirmenizi tekrarlayın ve doğadan, bir kuş aracılığıyla, gününüzün nasıl geçeceğine dair bir işaret göndermesini isteyin. Olası görünümlerinin ne anlama gelebileceğini zihninizde gözden geçirin.

Sonra dışarı çıkın ve sabah havasını derin derin içinize çekin. Oturun ve rahatlayın. Dinleyin ve izleyin. Hangi kuşları duyuyorsunuz veya görüyorsunuz?

Birden fazla kuş varsa, hangisi size en çok dikkat çekiyor? Size nasıl hissettiriyor? Bu his, önünüzde nasıl bir günün olduğunu mu gösteriyor? Kuşu görürseniz, uçuyor mu yoksa dinleniyor mu? Aktivitesiyle, yükseklerde uçup şarkı söyleme günü mü yoksa meşgul olma günü mü olduğunu mu gösteriyor?

Karşılaştığınız şeylerin doğruluğu konusunda endişelenmenize bile gerek yok. Başlangıçta yorumlama çok doğru olmayabilir, ancak devam ettikçe giderek daha doğru hale geldiğini göreceksiniz. Unutmayın ki, yaşadığınız tüm zaman boyunca doğayı dinleme pratiği yapmadınız. Bu nedenle, anında ve doğru iletişim kuramayabilirsiniz.

Kuşun temel özelliklerini ve niteliklerini not edin. Rengine dikkat edin. Bu bile çok şey anlatacaktır. Kuşları tek başlarına mı yoksa gruplar halinde mi görüyorsunuz? Grup halindeyseler, sayıları kaç? (Sayıların önemli olabileceğini unutmayın.) Hangi ortamda görüldüler?

Gececi bir kuş muydu yoksa gündüz aktif olan bir kuş muydu?

Bütün bunlar önümüzdeki gün hakkında neyi yansıtıyor gibi görünüyor? İlk izlenimlerinize güvenin. Bu sadece ilk adım. Ardından, kuşa ve doğanın tümüne hayatınızdaki varlıkları için teşekkür edin. Bu zihinsel veya dua etmek ya da tohum sunmak gibi fiziksel bir eylem olabilir.

Sonra günlük işlerinize devam edin. Bunu yaparken, ara sıra dışarı bakmak için durun. O kuş size mesajı pekiştirmek için mi görünüyor? Sabah yaşadıklarınızın bugüne kadar olanları nasıl yansıttığını görebiliyor musunuz? Günün sonunda bir değerlendirme yapın. Kuş, gerçekte olanları nasıl yansıttı veya yansıtmadı? Mesaj nasıl daha açık hale getirilebilirdi?

Devam ettikçe, bir ay içinde kuşların günün gidişatı için harika bir gösterge olduğunu göreceksiniz.

**KUŞLARIN SEMBOLİK ÖZELLİKLERİ**

Karakuş = Kehanet ve mistisizm, korku ve vaadin rengi.

Mavi kuş = Mutluluk ve tatmin, kuzey veya doğunun rengi

Kanarya = Sesin iyileştirici gücü, artan hassasiyet

Kedikuşu = İletişim potansiyeli, yeni dersler veya fırsatlar

Sinekkuşu = Kutsal sayı yedi, hakikat ve bilgi arayıcısı

Karga = Zeka, uyanıklık, büyülü yetenek, geçmiş yaşam bağlantıları

Ördek = Anne şefkatiyle dolu, zarif ve rahatlatıcı, koruyucu

Kartal = Zirveye ulaşabilen, üstün algı yeteneğine sahip, dünyalar arasında köprü kurabilen.

İspinoz = Yeni deneyimler ve karşılaşmalar, geniş alan, yaz gündönümü

Kaz = Hikaye anlatıcılığı, doğurganlık ve sadakat, sekiz ve sonsuzluğun sembolü

İri gagalı kuş = Eski yaraları iyileştirir, aile değerlerini, geçmiş yaşamların önemini simgeler.

Şahinler = İlkel yaşam gücü, tatmin, ilkbahar ve sonbahar ekinoksları

Yalıçapkını = Huzurlu günler, barış ve refah, kuzeyle bağlantılı, mavi

Loon = Hayalleri gerçekleştirme, etkileyici ve gizemli şarkı, hayal gücü

Saksağan = Gizli bilgi, yeni alemlere açılan kapı, kurnaz ve inatçı

Çayırkuşu = Neşe, yücelme, içsel yolculuk, ay ile bağlantı. Sığırcık = Bilgeliği doğaya uygulama, topraklanmışlık, uhrevilik.

Sarıasma kuşu = Pozitif enerji, içsel güneş ışığıyla yeniden bağlantı kurma, doğa ruhları

Baykuş = Sessiz bilgelik ve gece görüşü, şifa gücü, büyülü

Tavus kuşu = Bilgelik ve vizyon, gösterişli, koruyucu ve güçlü

Pelikan = Fedakâr, rekabetçi olmayan, neşeli, zorlukların üstesinden gelen

Güvercin = Sevgi ve yuva güvenliği, doğurganlık, arketipsel enerjiler

Kuzgun = Şekil değiştiren, haberci veya alamet, insan ve hayvanın karışımı.

Robin = Yeni büyüme, bölgesel, boğaz merkezine renk bağlantısı

Sığırcık = Sosyal, çeşitliliği yansıtan, güçlü

Leylek = İnsanlıkla ilgili, duygularla, suyla, doğum süreciyle bağlantılı.

Kuğu = Hassas, duygusal, hayalperest ve mistik, uzun ömürlü

Swift = Dişil ve psişik enerjiler, hız ve çeviklik

Türkiye = Toprak Ana ile manevi bağ, paylaşılan nimetler

Akbaba = Arınma, bitmeyen uyanıklık, gizemlerin koruyucusu

Ağaçkakan = Hava tahmincisi, diğer boyutlara doğru davul sesleri.

**Alıştırma 2: Taklitin Gücü**

Doğadaki her şey ilahi ruhun gücüyle yankılanır. Her hayvan, bitki, kuş ve taş bu ruhu kendi yöntemleriyle yansıtır.

Onunla ne kadar uyum sağlayabilir ve kendi titreşiminizi yaratabilirseniz, doğanın ne söylediğini anlamanız o kadar kolay olacaktır.

Tarih boyunca doğayla bağlantı kurmanın en yaygın ve etkili yollarından biri, onu taklit etmek olmuştur. Bireyler hayvanların duruşlarını ve hareketlerini taklit ederek bunları kutsal danslara dahil ederlerdi. Dans ve hayvanı tasvir eden bir kostüm aracılığıyla birey, totem hayvanının kimliğini üstlenebilirdi.

Her hayvanın kendine özgü hareketleri ve duruşları vardır. Kostümler ve hareketler, çeşitli hayvanların ardındaki arketipsel gücü uyandırmak için kullanılabilir. Bir birey aslan gibi çömelebilir, kaplumbağa gibi sürünebilir, kuş gibi zıplayabilir. Bir baykuş, avının yerini görme ve duyma yoluyla belirlemesine yardımcı olmak için sık sık yan yana sallanır. Büyük boynuzlu baykuşlar uyarı olarak gagalarını birbirine vururlar. Akbabalar, yükselirken güneşe döner ve kanatlarını dışarı doğru açarlar.

Hayvanınızın hareketlerini ve görünümünü benimsemek, onun özüne ve onun aracılığıyla tezahür eden ruha yeniden uyanmanın bir yoludur. Bu,

normal bilincinizi, doğanın o özel ifadesine dair daha güçlü bir algı ve bilinç haline dönüştürmenize yardımcı olur. Yoga, Taoizm ve Kung Fu gibi bazı Doğu bilimlerini inceleyin. Bunlar, hayvanları yansıtan hareketlerle doludur. Bu hareketler, hayvan toteminizle uyum sağlamak için taklit edebileceğiniz ve etkili bir şekilde kullanabileceğiniz fikirleri harekete geçirecektir.

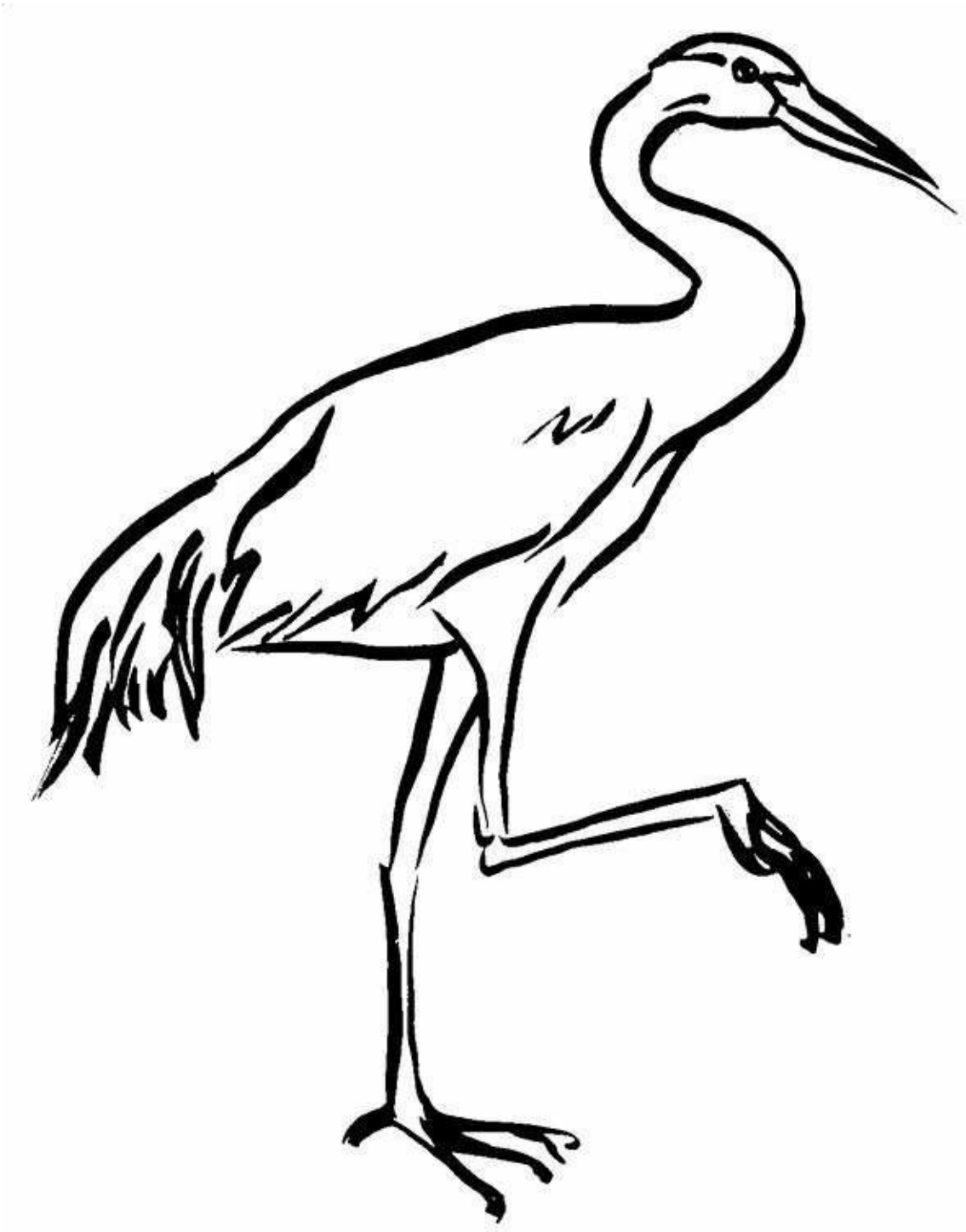
Çeşitli kuş ve hayvanların davranışları hakkında kitaplar ve videolar bulun ve temel duruşlarını ve hareketlerini inceleyin. Hayvanat bahçesine veya doğa merkezine gidin ve nasıl hareket ettiklerini ve durduklarını gözlemleyin. Başlarını nasıl tutuyorlar? Yürürken ayaklarını nasıl yerleştiriyorlar?

Sonra eve döndüğünüzde onları taklit edin. Bunu, toteminizin onurunu yansıtan ve enerjisini hayatınıza daha dinamik bir şekilde çağıran bir dans biçimi olarak görün.

Toteminizin yansıması olan maskeler ve kostümler yapın. Maskeler, çoğu toplumda diğer alemlere geçişe yardımcı olmak için kullanılmıştır.

İllüzyon yaratmayı ve doğaüstüyle bağlantı kurmayı kolaylaştırırlar. Maskeyle ilişkili enerjinin tezahür etmesine yardımcı olabilecek dinamik bir araç olabilirler. Bu kitap bu konuyu tam olarak ele alamamaktadır, ancak yazarın daha önceki eseri olan " *Büyülü Dans - Ritüel Hareketine Giriş"e başvurmak isteyebilirsiniz.*

Eski kutsal hayvan danslarının çoğu bu şekilde geliştirilmiştir. Basitçe hayvanların şekil ve duruşlarının taklit edilmesi ve öykünmesiydi. Kendi kanatlarınızı yapın ve kendi uçuşunuzu deneyin. Eğlenin. Kuşlar da dahil olmak üzere tüm hayvanlar oynamayı sever.

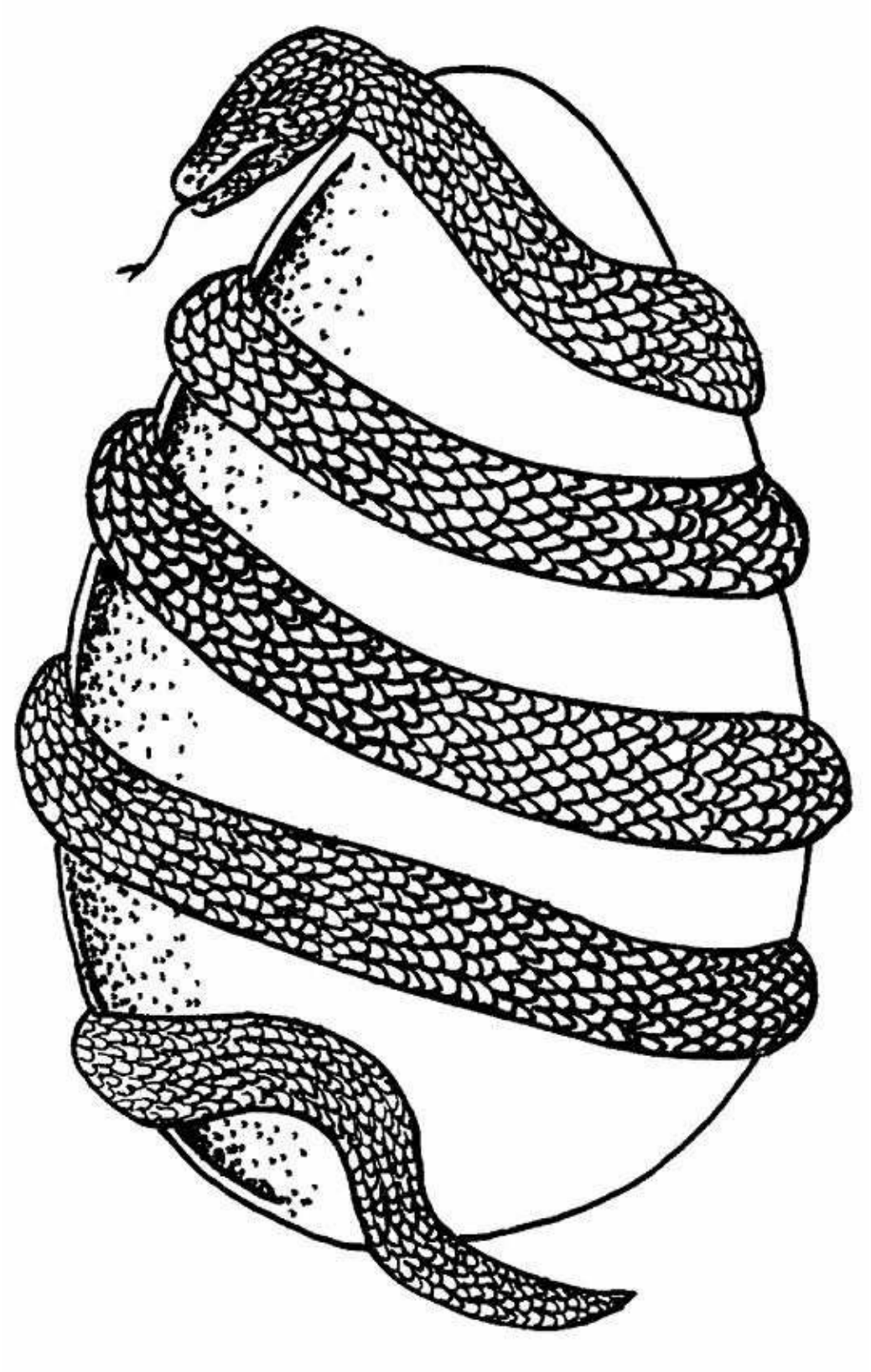


**Turna Duruşu**

Turna kuşu, fiziksel ve ruhsal alemler arasında çalışırken denge ve dinginliğin dinamik bir sembolüdür. Duruşu ve hareketleriyle çalışmak, denge ve güçle diğer boyutları ve dünyaları açmanıza yardımcı olacaktır. Yüksek cennetlerin veya fiziksel yaşamdan ayrılmış ruhların alemlerini açabilir.

**Alıştırma 3: Yumurtalar, Yuvalar ve Kehanet**

Kuşların dilini daha sezgisel bir şekilde anlamanın yollarından biri her zaman kehanet olmuştur. Yumurtalar ve yuvalar genellikle bu tür çalışmalar için kullanılan araçlardı. Oomancia, yumurtalar aracılığıyla geleceği tahmin etme eski bilimidir. Bunun bir dalı olan ooskopi, doğmamış bir çocuğun cinsiyetini belirlemek için kullanılıyordu. Hamile bir kadın, yumurta çatlayana kadar göğüslerinin arasında bir yumurta tutardı. Daha sonra, tavuğun cinsiyetini kullanarak çocuğunun cinsiyetini belirlerdi. 13



**Yılan ve Yumurta**

Orfik Yumurta'nın bir varyasyonu olarak kabul edilen bu sembol, doğurganlık ve yeni doğuşun en eski sembollerinden biridir. Yumurta dişiyi, yılan ise erkeği temsil eder.

Birlikte yeni bir doğuş yaratırlar.

Yumurtalar her zaman büyük bir gizem olmuştur. Mısır tanrısı Ra bir yumurtadan doğmuştur. Hindu geleneğinde altın bir dünya yumurtasından (Hiranyagarbha) Brahma çıkmıştır. Çin'de ilk varlık P'an Ku, kozmik yumurtadan ortaya çıkmıştır. Yunan geleneğinde Orfik yumurta, tüm evrenin biçimiydi. Yılan ve yumurta sembolü birçok toplumda bulunmuştur. (Bir sonraki sayfadaki resme bakınız.)

Yumurta, doğurganlık ve yeni doğuşun kadim bir sembolüdür. Dirilişin sembolüdür ve hatta kötülüğe karşı bir tılsım olarak kullanılmıştır. Mısır hiyerogliflerinde yumurta genellikle potansiyeli temsil eder. Kuş toteminizin yumurtası, potansiyelleriniz ve bu potansiyellerin olgunlaşmaya başlayacağı zaman dilimi hakkında size çok şey anlatabilir. Toteminizin yumurtalarının desenleri, renkleri ve şekilleri, hayatınıza doğmak üzere olan şeylere dair ipuçlarıdır.

Kuşunuzun üreme alışkanlıklarını incelemek, totem kuşunuzu keşfettikten sonra yapmanız gereken ilk şeylerden biri olmalıdır. Bu, birçok bilgi ortaya çıkarabilir:

• Çiftleşme ve yumurtlama mevsimi, potansiyel yavrularınızın ne zaman daha belirgin hale geleceğini size söyleyebilir.

• Kuşunuzun genellikle yumurtladığı yumurta sayısı, yeni potansiyel yavrularınızın muhtemelen kaç farklı ifade biçimini benimseyeceğini gösterir.

• Yumurtadan çıkmadan önceki gebelik dönemi, toteminizin dilini ve bunun hayatınız üzerindeki olası etkisini anlamak için ne kadar hazırlık yapmanız gerekebileceği konusunda size bir fikir verecektir.

• Kuşunuzun yumurtadan çıktığı andan itibaren olgunlaşması için geçen süre, toteminizle ilişkili enerjilerin yaşamınızda tam olarak tezahür etmesinin ne kadar sürebileceğini size gösterebilir.

Totem kuşunuzun yuvalama alışkanlıkları, yeni evinizi inşa etmenin en etkili yolunu da yansıtabilir. Kuşla ilişkili yeni enerjileri kullanmanın en iyi yolunu gösterebilir. Yuvanın boyutu, yapısı ve genellikle bulunduğu yer sizin ve hayatınız için önem taşıyabilir. Kuşunuzun yuvalarını nasıl inşa ettiğini, geliştirdiğini ve kullandığını inceleyin. Karga gibi bazı kuşlar, arazi üzerinde daha iyi görüş açısına sahip olmak için her zaman en yüksek ağaçlara yuva yaparlar. Bazı kuşlar ise her yıl yeni bir yuva inşa ederler.

Bazıları yıl boyunca daha fazlasını inşa eder. Diğerleri ise zaten inşa ettiklerine eklemeler yapar. Toteminiz, sizin için ideal yeri ve ev türünü bulmanıza yardımcı olabilir.

**Alıştırma 4: Hayal Gücünün Uçuşları**

Bu egzersiz, kuşların gücüne ve ihtişamına ve onlar aracılığıyla tezahür eden arketipsel güçlere uyanmanıza yardımcı olacak bir meditasyondur.

Bu egzersiz, kendi kuş toteminizle olan bağınızı güçlendirebilir ve size gerçekten hangi kuşun hayat toteminiz olduğunu gösterebilir. Bu kitapta yer alan diğer egzersizlerle birlikte kullanılabilir ve onların etkisini azaltmaz veya onlara müdahale etmez.

Bu egzersizde kullanılan sembolizm, bilincinizi kuşların ve onların temel aracı olan hava elementinin sembolik ve gerçek gücünü anlayabilen ve bunlara yanıt verebilen zihin seviyesine kaydırmak için tasarlanmıştır. Bu egzersiz, kuşların arketipsel gücünü ve gerçek fiziksel tezahürlerini ortaya çıkarma yeteneğinizi uyandıracaktır. Bu egzersize katılanların kısa bir süre sonra gerçek hayatta totemleri olan kuşla karşılaşmaları alışılmadık bir durum değildir. Bu her zaman harika bir teyittir.

Pratikle birlikte, bu egzersiz gerçek bir şamanik yolculuğa dönüşebilir. Bu egzersiz, kuş maskeleri ve/veya kostümleri oluşturarak ve giyerek geliştirilebilir. Bu egzersiz sayesinde, bedeni terk etme ve evrende bir kuş gibi uçma yeteneğinizin giderek arttığını göreceksiniz. Bu yetenek, çoğu gerçek şaman için ortaktır. Sibirya şamanları genellikle kuş kostümleri giyerdi ve birçok şamanik topluluk, ruhani bir uçuşu, hac yolculuğunu temsil etmek için tepesine kuş başı oyulmuş bir asa kullanırdı. Bu tür bir asa, dua çubuğu ve ruhun yeni yolculuklarına yardımcı bir araç olarak, bir sonraki bölümde daha ayrıntılı olarak incelenecektir. Kuş toteminizle daha

derin bir ilişki geliştirmeye devam ederken, bir noktada kendiniz için yapmayı düşünebileceğiniz bir şeydir.

1. Rahatsız edilmeyeceğinizden emin olarak egzersize başlayın. Telefonu ahizeden kaldırın ve kendinizi rahat bir pozisyona getirin. İster oturun ister uzanın, hangisi daha rahatsa onu yapın.

2. Dilerseniz kendi yaptığınız herhangi bir kuş maskesini veya kostümünü giyebilirsiniz. Eğer tüyleriniz varsa, onları üzerinize yerleştirin, elinizde tutun veya saçlarınızın arasına koyun. Unutmayın ki, herhangi bir kuşun herhangi bir tüyü, sizi başka bir kuşun özüyle birleştirmek için kullanılabilir.

3. Eğer bir davulunuz veya çıngırağınız varsa, onu kullanmak isteyebilirsiniz. Ritmin yavaş ve istikrarlı olması gerekir. Beş dakika boyunca yavaş ve ritmik davul çalmak, zihninizi bir sonraki görselleştirme aşamasına geçirmenize yardımcı olmak için faydalıdır. Ritmi sürekli olarak sürdüremeyeceğinizden endişelenmeyin. Ortada durursanız sorun değil. O noktada egzersiz amacına ulaşmış olacaktır.

4. Derin nefes alın ve henüz rahatlamış hissetmiyorsanız, aşamalı bir gevşeme tekniği uygulayın. Vücudunuzun her bir bölümüne sıcak ve yatıştırıcı hisler gönderin. Bunu yaparken acele etmeyin. Ne kadar rahatlarsanız, enerjinin etkisi o kadar hissedilecektir.

**Kuş Maskeleri ve Kostümleri: Kartal Başı Şapka Maskesi**

Kendi kuş maskelerinizi ve kostümlerinizi yapmak basit ve ucuz bir şekilde gerçekleştirilebilir. Kuş totemlerinizle uyum sağlamanın harika bir yoludur. Hatta onlarla eğlenceli danslar bile yaratabilirsiniz. Güçlendirici bir etkiye sahiptir ve kuşun özünü onurlandırarak onu hayatınıza daha dinamik bir şekilde çeker.

5. Gözlerinizi kapatın ve derin nefes alın. Nefesin ciğerlerinizi doldurduğunu ve bedeninizin ve zihninizin rahatladığını hissedin. Rahatlamaya ve nefes almaya devam ederken, yüzünüzde yumuşak ve serin bir hava akımı hissedersiniz. Tatlı ve enerji vericidir ve zihninizde bir görüntü oluşmaya başlar.

Kendinizi yemyeşil bir çayırda buluyorsunuz. Ayaklarınızın altındaki çimenler yumuşak ve gür, hava ise güneş ışığıyla parıldıyor gibi görünüyor. Etrafınıza baktığınızda, içinde bulunduğunuz çayırın devasa bir dağın yamacındaki bir platoda yer aldığını görüyorsunuz. Yukarıda, uzakta, yumuşak bulut sisleriyle görüş alanınızdan gizlenmiş dağın zirvesi var. Aşağıda ise yaşadığınız kasabayı ve özellikle evinizi görüyorsunuz.

Yine hafif bir esintinin dokunuşunu hissediyorsunuz, sonra bir gölge üzerinizden geçiyor ve güneşi bir anlığına engelliyor. Sonra kayboluyor.

Ve bir an sonra geri dönüyor. Çayırın karşısında, büyük bir kuşa benzeyen bir şeyin gölgesini görüyorsunuz. Ve gölge her üzerinizden geçtiğinde, sanki güçlü ama nazik kanatlarla yelpazeleniyormuşsunuz gibi bir esinti hissediyorsunuz.

Gözlerinizi gökyüzüne çeviriyorsunuz ve bu dev kuşu gördüğünüz anda, kuş hızla aşağı doğru süzülerek pençeleriyle sizi yakalıyor. Canınız acımıyor, ama sıkıca ve güçlü bir şekilde tutuluyorsunuz.

Güçlü kanatların itip çekmesiyle, rüzgarın şiddetli esintileri yanınızdan geçerken, kendinizi yukarı doğru yükseliyormuş gibi hissediyorsunuz. Ve o çayıra doğru baktığınızda, bu kuşun kanatlarının yarattığı hava akımlarına tepki olarak otların dalgalandığını görüyorsunuz ve bir an için size el sallayarak veda ediyorlarmış gibi hissediyorsunuz.

Kuş sizi dağın zirvesine doğru taşırken, kendinizi gittikçe daha yükseğe çıkarken görüyorsunuz. Hava serinliyor ama rahatsız edici değil. Canlandırıcı bir yanı var. Ve sonra, gittikçe daha yükseğe çıkmaya devam ederken, etrafınızda bulut sisleri buluyorsunuz, ta ki bulutlar bile geride kalana kadar.

Sonra kanat çırpmaları durur ve kuş hava akımları üzerinde sessiz ve yumuşak bir şekilde süzülmeye başlar. Hemen aşağıda, dağın zirvesindeki

devasa bir ağacın tepesinde büyük bir yuva görürsünüz. Havanın hafifliği ve bu muhteşem kuşun yavaş, dairesel uçuşu sizi baş döndürüyor. Yavaşça yuvaya doğru alçalıyor.

Yaklaşırken nefesiniz kesiliyor, çok sert çarpmaktan korkuyorsunuz. Sonra kanatlarını aniden ve güçlü bir şekilde çırparak yuvanın hemen üzerinde havada asılı kalıyor ve sizi nazikçe içine bırakıyor. Kanatlarını güçlü bir şekilde çırparak tekrar yükseliyor ve görüş alanınızın dışına doğru süzülüyor.

Bu büyük dağın tepesindeki bu yuvada duruyorsunuz ve dünyanın zirvesinde olduğunuzdan eminsiniz. Kenarına doğru ilerleyip aşağıya bakıyorsunuz ve manzara başınızı döndürüyor, bu yüzden geri adım atıyorsunuz. Hava berrak ve taze, etrafınızda güçlü bir rüzgar esiyor. Derin bir nefes alıyorsunuz ve nefes alırken rüzgarın içinde fısıltılar duymaya başlıyorsunuz.

Sanki yumuşak bir koro size sesleniyor gibi. Aldığınız her nefesle sesler daha da belirginleşiyor.

“Hava olmadan hayat olmazdı. Siz de var olamazdınız, gezegendeki hiçbir şey de. Uzay olan her yerde hava vardır. Hava yoluyla nefes alırsınız; hava yoluyla hareket edersiniz. Her konuştuğunuzda veya düşündüğünüzde havayı kullanırsınız. Maruz kaldığınız hava, atmosfer sizi etkiler. Gittiğiniz her yerde varlığınızın izlerini havada bırakırsınız. Söylediğiniz kelimeler, düşündüğünüz düşünceler ve takındığınız tavırlar atmosferi etkiler.”

“Hava elementiyle –ve onun içinde en aktif olan canlılar aracılığıyla– bütünleşmeyi öğrenerek, girdiğiniz tüm atmosferlere karşı daha duyarlı hale geleceksiniz. Hangi ortamlardan kaçınmanız gerektiğini, hangi insanların sorun çıkarabileceğini ve kimin ve neyin faydalı olabileceğini anlamayı öğreneceksiniz. Bir kelime, bir ses, bir düşünce veya bir nefes aracılığıyla

hayatınızın akışını değiştirmeyi öğreneceksiniz, çünkü bunların hepsi kanatlarla uçar.”

Tekrar kenara doğru ilerleyip ufka bakıyorsunuz. Derin bir nefes alıp havanın bedeninizden ve organlarınızdan geçtiğini hissediyorsunuz. İçinizdeki her hücre nefes alıyor gibi görünüyor ve her nefeste kendinizi daha hafif hissediyorsunuz. Nefes alırken havayı kristalize spiraller ve enerji dalgaları olarak görmeye başlıyorsunuz; bunlar bedeninizi güçlendiriyor ve aydınlatıyor. Sanki etrafınızda milyonlarca ışık kanadı uçuşuyor gibi.

Her nefes, zihninizi ve bedeninizi yeni bir neşe ve hayret duygusuyla dolduruyor ve kısa süre sonra nefes almadığınızı, aksine nefes aldığınızı fark ediyorsunuz. Uçurumun kenarında duruyorsunuz, akıntıların içinizden geçtiğini hissediyorsunuz. Gittikçe hafiflediğinizi hissediyorsunuz. Kollarınızı, havayı yakalamak ve süzülmek için kanatlarını açan bir kartal gibi açıyorsunuz. Her kuşun dünyayı terk ettiği anı nasıl hissettiğini anlamaya başlıyorsunuz.

Kollarınızı dümdüz açarak yuvadan aşağı adım atıyorsunuz, hafif bir düşüş oluyor ve sonra akıntılar sizi yakalayıp yukarı doğru kaldırıyor.

Süzülmeye ve yükselmeye başlıyorsunuz. Kendinizi ışıktan büyük kanatlara sahip bir kuş gibi görün ve hissedin. Dalıp çıkmanıza izin verin ve akıntılara alışmaya başlayın. Akıntıların üzerinde ilerleyin. Onlarla birlikte yükselin, onlara karşı değil.

Akıntıya kendinizi bırakırken, yavaş ve nazik bir şekilde aşağı doğru süzülmeye başladığınızı fark edersiniz. Tüm dünyayı bu perspektiften algılarsınız. Her şeyi ve herkesi yeni bir şekilde görürsünüz. Akıntılar sizi yavaş ve nazikçe aşağı doğru taşır. Bulutların arasından süzülür ve yükselirsiniz. Ve sonra altınızdaki çayırı görürsünüz. Çayırın kalbinde, sanki ona doğru süzülüyormuşsunuz gibi görünen bir ağaç vardır. Akıntılar sizi

yavaşça ve nazikçe aşağı indirir. Nazikçe elinizi uzatıp ağaca dokunursunuz. Bu sizi dengeler ve kendinizi kontrol etmenize yardımcı olur, böylece yemyeşil çimenlerin üzerine sağlam ve zarif bir şekilde inerek dinlenebilirsiniz. Hayranlık duygusuyla dolusunuz ve gözlerinizi tekrar dağa çevirip, sizi bir kez daha yukarı kaldıracak o kuşu aramak için gökyüzünü tarıyorsunuz. Gökyüzü boş. Hayal kırıklığına uğrayarak odağınızı geri getiriyorsunuz ve ağacın artık olmadığını görüyorsunuz.

Onun yerinde tahta bir asa duruyor. Başı kuş şeklinde oyulmuş ve belirli kuşların tüyleriyle süslenmiş; hayatınız boyunca sizi büyülemiş ve etrafınızda olmuş kuşlar. Ve anlamaya başlıyorsunuz. Bu sizin yolculuk asanız. Onunla kuşları hayatınıza davet etmeyi öğreneceksiniz. Uçmayı öğreneceğiniz ağaç olacak. Gelecekteki tüm hayal uçuşlarınızda size yardımcı olacak.

Asayı iki elinizle kavrayıp göğe doğru kaldırıyor ve şükranlarınızı sunuyorsunuz. Buna karşılık, yumuşak bir esinti üzerinizden ve içinizden geçiyor. Gözlerinizi kapatıp onun vaadine kendinizi bırakıyorsunuz. Özünü derin bir nefesle içinize çekiyor ve tüm kanatlı varlıklara saygı duyacağınıza dair bir yemin ediyorsunuz.

**Kuşlar ve Periler Diyarı**

Birçok peri ve gök ruhu, insanlara kuşlar ve diğer kanatlı yaratıklar şeklinde görünür. Gerçek hallerinde görüldüklerinde ise narin ve güzeldirler.

[İçindekiler]

10. Wexo, John. Hayvanat Bahçesi Kitapları - Yırtıcı Kuşlar (San Diego, Wildlife Education, Ltd., 1980), s. 2.

11. Cirlot, JE. Semboller Sözlüğü (New York, Philosophical Library, 1971), s. 252.

12. Whitman, Walt. "There Was A Child Went Forth," *Two Ways of Seeing* (Boston: Little, Brown and Company, 1971), s. 15.

13. Baskin, Wade. Büyücünün El Kitabı (Secaucus: Citadel Press, 1974), s. 432.

SEKİZİNCİ BÖLÜM

TÜYLERİN VE UÇUŞUN GİZEMİ

Tüyler insanları büyüler. Onları tutmayı, havada sallamayı, yanaklarımızı onlarla okşamayı ve hatta onlardan yatak yapmayı severiz.

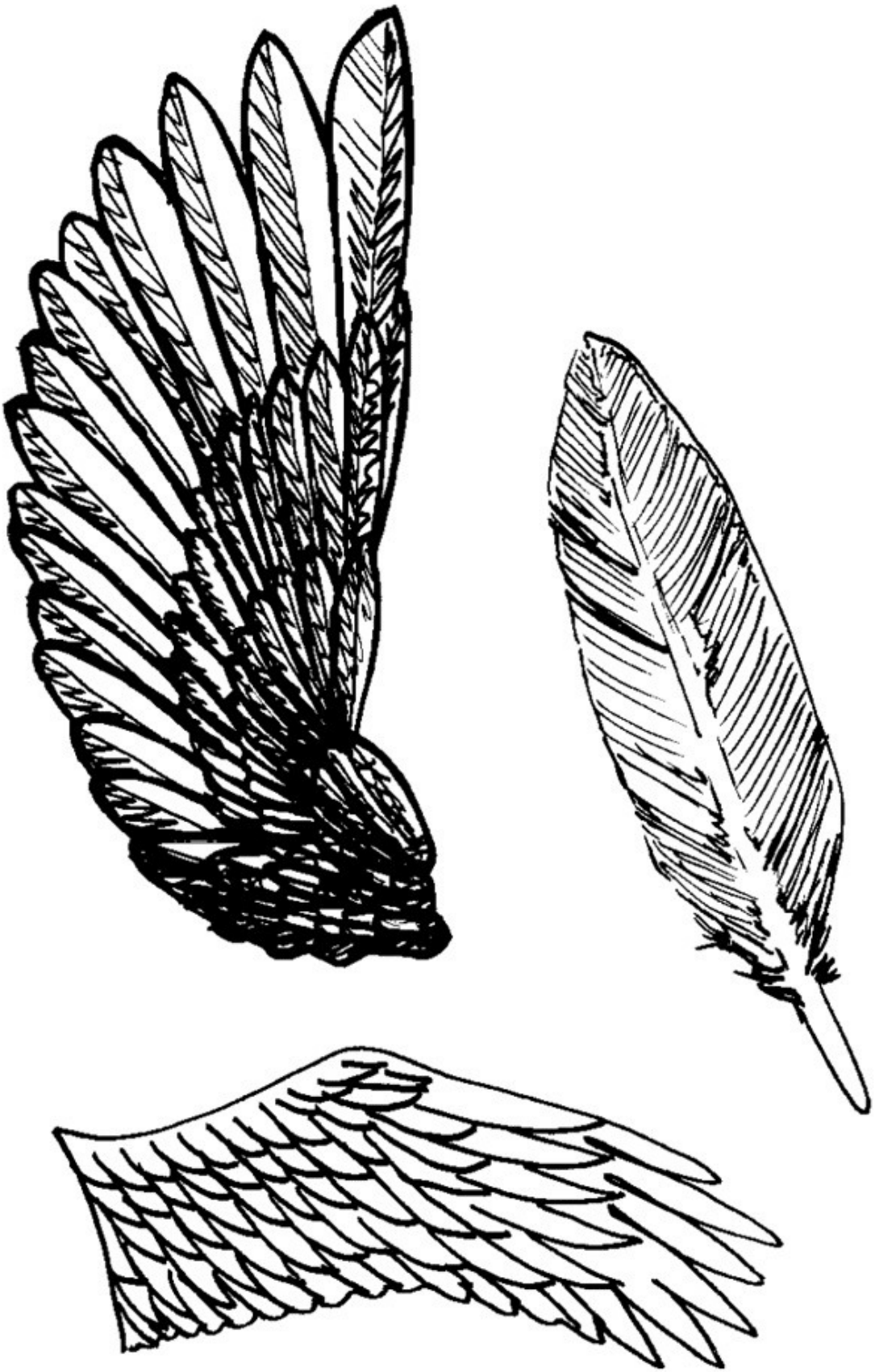
Bir çocuğa tüy verin, çocuk uçan bir kuş gibi oynamaya başlayacaktır. Kuşların bu kadar kırılgan ama bir o kadar da güçlü bir şeyle uçabilme yeteneğine hepimiz hayran kalıyoruz. İnsanlar kuşların uçma yeteneğini kıskanıyor ve bu yeteneğin tüylerle bağlantılı olduğunu biliyoruz.

Tüyler, dünyevi hayattan yükselmenin, dünyevi çekim gücünden kurtulmanın sembolüdür.

Denge ve rüzgarın sembolleridirler. Genellikle insanlığa hayat veren yaratıcı tanrı ve tanrıçaları sembolize etmek için kullanılırlar.

Tüy aslında özel bir deri puludur. Ortasında yüzlerce lif bulunan ve karmaşık bir diken ve pul düzenlemesiyle bir arada tutulan bir gövdeye sahiptir. Tek bir kanat tüyü bir milyondan fazla parçadan oluşabilir. Dört çeşit tüy vardır: uçuş/kanat tüyleri, kontur tüyleri, kuş tüyü ve filoplum.14

Uçuş tüyleri güçlü ve kanatlıdır. Daha sert ve daha büyüktürler. Uçuş tüyleri genellikle birkaç kategoriye ayrılır: Birincil tüyler, ikincil tüyler, üçüncül tüyler, örtü tüyleri ve kuyruk tüyleri. (Bir sonraki sayfadaki resme bakınız.) Birincil, ikincil ve üçüncül tüyler kaldırma ve itme sağlar. Ayrıca sürtünmeyi azaltmaya da yardımcı olabilirler. Bizi meditasyonda yeni zirvelere ulaşmamıza ve hayatımızda bizi aşağı çeken unsurların ötesine geçmemize yardımcı olabilecek arketipsel güçlere bağlarlar.



**Farklı Tüy Çeşitlerine Örnekler**

Birincil uçuş tüyleri genellikle çiftler halinde, her iki tarafta birer tane dökülür. Sadece bir çift yenilendiğinde ikinci bir çift dökülmeye başlar. Bu, kuşun yere inmesini ve dolayısıyla tehlikeye girmesini önler. Bu şekilde uçuş her zaman mümkündür. Uçuş tüyleri böylece iki ritmini yansıtır; bu ritim sizi yaratıcı hayal gücü, doğum ve sezgi gibi dişil enerjilere bağlamaya yardımcı olur. Tüylerin size çiftler halinde gelmesi alışılmadık bir durum değildir. Bir gün birini, iki gün sonra da diğerini bulabilirsiniz.

Örtü tüyleri daha küçüktür ve kanadın ön kenarı boyunca büyüyerek kanadın ön kısmını daha kalın hale getirir. Bu, havanın kanadın üstünden daha hızlı akmasına, hava basıncının azalmasına ve kaldırma kuvveti sağlamasına neden olur. Bu tüyler, beden dışı deneyimleri kolaylaştıran kuvvetlerle uyum sağlamamıza yardımcı olabilir. (Bir sonraki sayfadaki "Uçuşun Nasıl Gerçekleştiğine Dair Deneyler" bölümüne bakınız.) Kuyruk tüyleri ise yönlendirme ve frenleme için kullanılır. Bu tüyler, hayatımızı yönlendirmemize ve ihtiyaç duyulan alanlarda frenlememize yardımcı olabilecek kuvvetlerle uyum sağlamamıza yardımcı olabilir.

Kontur tüyleri büyük ve eğrelti otu şeklindedir. Genellikle en sık bulunan tüylerdir. Çoğu insan tüy denince aklına gelen de budur. Vücudun dışını sararak yuvarlak bir görünüm verirler. Bu, havanın vücuttan serbestçe akmasını sağlayarak uçmayı kolaylaştırır. Bu nedenle, herhangi bir tüy, ister hayal gücü, ister ilham, isterse de başarı uçuşları olsun, kişisel uçuşlarımızı mümkün kılacak enerjilere erişmek için kullanılabilir.

Kuş tüyleri, kuş sırtının alt kısmında bulunur. Bunlar, son derece yumuşak olan küçük tüy parçalarıdır. Bu özellik, iklim değişikliklerine karşı yalıtım sağlar. Bazı kuş sırtı tüyleri, tüy veya pamukçukların bir kısmını oluşturur. Kuş tüyleri sürekli olarak uzar ve bu nedenle sürekli korumanın

sembolüdür. Tüylerin uçları aşındığında bile, kuşun derisini yağlamaya yardımcı olan bir toz haline gelirler.

Kaz tüyü, cilt rahatsızlıklarının iyileştirilmesinde, psikometrinin geliştirilmesinde ve dokunma duyusunun tamamının uyarılmasında harika bir araç olabilir.

Ayrıca empati yeteneğini geliştirmek veya kontrol etmek için de mükemmeldirler. Empati, birçok varyasyonu olan eski bir şifa yeteneğidir. Empatiyle bedeniniz başkaları için gerçek bir barometre haline gelir. Başkalarının ağrıları, acıları, duyguları ve tavırları, empatik kişinin bedeninde sanki kendiymiş gibi hissedilir. Bu, dengelenmediği takdirde hipokondri belirtilerine yol açabilir, ancak aynı zamanda başkasının hastalığını kendinize alabileceğiniz noktaya kadar da geliştirilebilir. Sonra onu içinizdeyken iyileştirirsiniz. Empati sahibi bireylerin, günlük olarak hissettiklerinin kendilerinden mi yoksa çevrelerindekilerden mi kaynaklandığını ayırt edebilmeleri gerekir. Kuş tüyü bu ayrım sürecine yardımcı olur.

Tüy altı lifleri uçuş sesini de azaltır, bu nedenle başkalarını uyarmadan ve dolayısıyla haksız direnişle karşılaşmadan bir şeyler başarmanıza ve elde etmenize yardımcı olmak için kullanılabilirler. Gizliliği artırırlar. Ayrıca duyguları, düşünceleri ve hatta acıyı yatıştırmaya yardımcı olurlar. Dördüncü tüy türü ise filoplum olarak adlandırılır. Bunlar genellikle kontur tüylerinin tabanında kümelenmiştir. Genellikle tüy altı liflerine benzer bir görünüme sahiptirler ve çoğu uzman tam olarak ne işe yaradıklarından emin değildir. Bu amaç gizemi, bizim için önemlerini ortaya koymaktadır. Bu tüylerle meditasyon yapmayı ve arkalarındaki arketipsel enerjilerle uyum sağlamayı öğrenmek, kendi benliğinizi keşfetmenize yardımcı olacaktır.

Hayattaki kendi amacınızı bulmanıza yardımcı olabilirler. Bu enerjilerle bağlantı kurarak kendi hayatınızın gizemlerini ortaya çıkarmanıza ve keşfetmenize yardımcı olabilirler.

Bu dört çeşit tüy üç temel amaca hizmet eder: (1) ağırlıksız büyük bir kaldırma yüzeyi sağlarlar, (2) kuş tarafından hava hapsedilerek soğuğa karşı yalıtım sağlamak için kabartılabilirler ve (3) koruyucu bir katman sağlarlar.

Elinize bir tüy geçtiğinde, hayatınızın bazı alanlarına olumlu katkı sağlayabilir. Hayatınızdaki olumsuz unsurlara karşı sizi yalıtmak ve korumak için kullanılabilir. Tüyün türü ve geldiği kuş, hayatınızdaki hangi unsurlara karşı sizi destekleyeceğini ve koruyacağını belirlemenize yardımcı olabilir. Örneğin, güvercin genellikle barışla ilişkilendirilen bir kuştur. Hopi halkı için, onları su kaynaklarına götürürdü. Dolayısıyla, bir güvercin tüyü kendi barış duygunuzu korumak ve tüyü bulduğunuz anda en büyük susuzluğunuzu giderecek şeyi bulmanıza yardımcı olmak için kullanılabilir.

## UÇUŞUN NASIL GERÇEKLEŞTİĞİNE DAİR DENEYLER

Kuşlar iki şekilde yukarı doğru hareket edebilirler. Kanatlarının üzerindeki hava basıncını azaltarak kuş yukarı çekilir. Kanatlarının altındaki basıncı artırarak da yukarı doğru itilir. İtme ve çekme, kuşların uçuşunun aerodinamiğinin bir parçasıdır. Hareket gereklidir. Kuş ya kanat çırparak havada ilerlemelidir ya da hava kuşun yanından geçmelidir.

### Deney #1: Yerçekimi Kuvveti ve Hava Basıncı

Bir teneke kutuyu suyla doldurun ve ardından bir karton parçasıyla örtün. Kartonu kutunun üstüne sıkıca bastırarak kapatın ve sonra ters çevirin. Kartonu bırakın. Su, kutunun altındaki yukarı doğru itme kuvveti (hava basıncı) sayesinde kutunun içinde kalacaktır. Hava basıncının yukarı doğru itme kuvveti, yerçekiminin aşağı doğru çekme kuvvetinden daha büyüktür.

**Deney #2: Daniel Bernoulli İlkesi (yaklaşık 1738)**

Kuşun kanadının üzerinden geçen hava akımı onu havaya kaldırır. Yüzünüzün önüne bir kağıt tutun ve üzerine üfleyin. Bu hava basıncıdır. Üfledikçe, kağıdın bir tarafındaki hava basıncı diğer tarafa göre daha yüksek olduğu için kağıt uzaklaşır. Daha düşük hava basıncına doğru hareket eder. Bir kanat da aynı şeyi yapar. Hava kanadın üstünden akarken, üst kısımdaki basınç azalır. Kaldırma kuvveti kuşun ağırlığından daha büyükse, kuş yükselir. Şimdi bir kağıdı bir ucundan ağzınızın yaklaşık iki santim önünde tutun. Diğer ucunu elinizin üzerinde gevşek bir şekilde bırakın. Üst kısmına hafifçe üfleyin ve gevşek uç yukarı doğru hareket etmeye başlayacaktır. Daha sert üflerseniz kağıt yükselecektir. Kuşun yükselmesine yardımcı olan şey budur.

Tüyler elbette uçmak için gereklidir, ancak her uçuş türü benzersiz bir kanat yapısı gerektirir. Kuş kanadının kemik yapısı, el bölümü hariç, insan kolunun yapısına benzer. Kuşta, insanda parmak olacak kısımlar kaynaşmış ve daha uzundur. Bu, kuş kanatlarına daha fazla güç kazandırır, ancak aynı zamanda kuşların insanların genişletilmiş akrabaları olduğu fikrini de yansıtır.

Farklı kuşların farklı uçuş stilleri vardır ve bu nedenle her kuşun şekli farklıdır. Elli yıl önce bilim insanları bir arının nasıl uçabildiğini anlayamıyorlardı. Aerodinamik olarak, kanatları vücut büyüklüğüne göre çok küçüktü. Şimdi arının kanatlarını daha hızlı hareket ettirerek kaldırma kuvveti ve uçuş sağladığını biliyorlar. Penguen uçamaz, ancak suda küçük kanatlarını yüzgeç gibi kullanır. Aslında, diğer kuşların havada uçtuğu gibi, suyun içinde uçuyormuş gibi görünür. Devekuşu, saatte 64 kilometreye varan hızlarda koşarken yönünü belirlemesine yardımcı olmak için kanatlarını dümen olarak kullanır. Bu, görünüşe bakılmaksızın, sadece yeni yüksekliklere uçma yeteneğine sahip olmakla kalmayıp, bunu her birimizin kendine en uygun şekilde yapması gerektiğini sürekli olarak hatırlatmalıdır.

Kuşların kanat yapılarında dört yaygın tür vardır. Hayatınızda hangi uçuş türünde size yardımcı olacağını görmek için kuş toteminizin kanat yapısını incelemelisiniz:

1. Büyük, uzun ve geniş kanatlar maksimum kaldırma kuvveti ve mükemmel süzülme ve uçma yeteneği sağlar.

2. Küçük, geriye doğru eğimli kanatlar, yüksek hız ve manevra kabiliyeti sağlar.

3. Uzun ve dar kanatlar genellikle kanat çırpmaya çok fazla enerji yansıtır ve aynı zamanda kolayca süzülme yeteneği sağlar.

4. Kısa, geniş ve kavisli kanatlar, hızlı kalkış kabiliyetiyle birlikte büyük bir güç sağlar.

Herhangi bir kuş için, kalkış ve iniş, uçuşun en tehlikeli iki anıdır. Bu, özellikle medyumluk ve yaşamınızda yeni boyutlara geçişle ilişkilendirildiğinde, büyük mistik bir öneme sahiptir. Yetersiz veya gevşek bir hazırlık sorunlara yol açacaktır. Bedeni terk etmeyi ve tekrar girmeyi öğrenmek çok zaman ve pratik gerektirir. Yeni boyutlara denge ve kontrol içinde açılmak, gereksiz sorunlardan kaçınmak için önemlidir. Kuşlar gibi, uygun şekilde öğrenmeyen veya acele etmeye çalışan bireyler genellikle bir şekilde yaralanırlar. Kuşlar bize bunu güvenli ve kolay bir şekilde nasıl başaracağımızı öğretebilir.

Hayatınızdaki herhangi bir girişimde kalkış ve iniş yeteneğinizi etkileyen birçok faktör vardır, tıpkı kuşlarda olduğu gibi. Hız, kanatların büyüklüğü ve kanat açısı hepsi etkilidir. Kuş ne kadar ağır ve büyükse, yerden kalkmak için dışarıdan bir yardıma o kadar çok ihtiyaç duyar. Bir kondor, büyüklüğü nedeniyle ya bir uçurumun kenarından güçlü bir yukarı doğru hava akımına ihtiyaç duyar ya da yeterli kaldırma kuvveti elde etmek için yukarı doğru spiral çizen bir termal bulmalıdır. Bir dalgıç kuşu karadan kalkış yapamaz.

Yeterli kaldırma kuvveti oluşturmak için suyun üzerinde koşmalıdır. Kuş toteminiz nasıl başarılı bir şekilde havalanıyor? Bu, hayatınızdaki faaliyetlere en iyi nasıl başlayacağınızı size gösterecektir. Siz de kondor gibi, size kaldırma kuvveti sağlayacak dış bir kaynağa mı ihtiyaç duyuyorsunuz?

İniş, kalkıştan daha zordur. Hayatınızdaki aşamaları sonlandırmak ve geçişler yapmakla ilgilidir. Taze bir yumurta, yere aniden temas edene kadar uçuş halindeyken güvendedir. Bir kuş için, hedeflediği dal sallanabilir, bir rüzgar esintisi kuşu savurabilir ve

Bacaklar darbenin şokunu emmelidir. Bu bize, uçmada ne kadar iyi olursak olalım, bu yeteneği geri getirebilmeli ve yere indirebilmeliyiz diye hatırlatır. Fiziksel dünyada çevre sık sık değişir ve biz de bu koşullara uyum sağlayabilmeliyiz. Enerjimizi buna göre kaydıracak kadar esnek ve güçlü olmalıyız.

Bir sonraki bölümde, tüyleri kutsal bir tılsım olarak kullanmanın basit ama güçlü tekniklerini öğreneceksiniz. Bu teknikler, sezgilerinizi açmanıza ve kuşun ve tüylerinin ardındaki arketipsel güçlere erişmenize yardımcı olacaktır. Kuşların dilini anlamanıza yardımcı olacaktır.

Daha da önemlisi, hayatınızın istediğiniz herhangi bir alanında kendiniz için yeni yaratıcı zirvelere ulaşmanıza yardımcı olacaklardır.

## TÜYLERİN GÜCÜNÜ DOĞRULAMAK

Bir sonraki bölümdeki alıştırmaların sizin için işe yarayabilmesi için öncelikle tüylerin sadece kuşlarla değil, havanın güçleri ve enerjileriyle de nasıl bir bağlantı kurduğunu anlamanız gerekir. Birçok gelenek, Doğanın çeşitli ifadelerinden bahsetmiştir. Genellikle insan gözüyle görülemeyen unsurlarla ilişkili yaşamın tüm boyutlarını tanımlamışlardır. Bunları daha

yaygın olarak Peri Diyarı üyeleri olarak biliyoruz - periler, elfler, devler ve belirli unsurlar aracılığıyla insanlarla birlikte ve çevresinde çalışan ruhlar.

Halk hikayeleri ve mitolojiler, hava elementiyle ilişkilendirilen varlıkların öyküleriyle doludur. Bu varlıklar, en küçük peri kızlarından, rüzgarları hareket ettiren ve hava durumunda değişiklikler getiren büyük fırtına tanrılarına kadar çeşitli boyutlardadır. Genellikle narin görünürler ve daha büyük olanlar aslında melek gibi görünebilirler. Hava elementiyle ilişkilendirilen herhangi bir şey onurlandırıldığında etrafta bulunurlar. Kuş totemleriyle çalışan herkes onlarla temas kuracaktır.

Periler ve hava ruhları, genellikle kuşlar aracılığıyla insanlara havanın inisiyasyonunda, zihnin işleyişini ve güçlerini anlamada yardımcı olurlar. Kuşlar aracılığıyla, bilgeliğe ve altıncı bölümde ele alınan her şeye açılmamıza yardımcı olurlar.

Tüyler, onlarla doğrudan bağlantı kurar. Onların güçlerini harekete geçirirler. En hafif iç çekişten en şiddetli fırtınaya kadar, havanın ruhları bulunur. Kuşların yaşadığı veya bulunduğu her yerde, onlar da bulunur. Birçok peri ve hava ruhu, insanlara kuşlar ve diğer kanatlı yaratıklar şeklinde gelir.

Onlar aracılığıyla kuşların arketipsel enerjileriyle daha kolay bağlantı kurabiliriz. Doğadaki herhangi bir unsurla çalışan herkes, bilinçli olsun ya da olmasın, yaşamın Periler Diyarı ile temas halindedir. Bunun ne kadar çok farkına varırsak, onların diyarındaki herhangi bir yaratıkla -bu durumda kuşlarla- çalışmak o kadar kolaylaşır.

Kuş şeklindeki birçok ruh totemi, aslında havanın ruhlarının kuş formunu kullanarak insanlarla daha doğrudan bağlantı kurmasıdır. Tüyler aracılığıyla kuşları veya hava elementiyle ilişkilendirilen peri varlıklarını çağırabiliriz. Tüyler sayesinde dileklerimizi gerçeğe dönüştürmeyi öğrenebiliriz.

Düşüncelerimizi güçlendirirler ve bu sayede doğayı çağırarak bu bağlantıyı bizim için doğrulamalarını sağlayabiliriz. Kuş toteminizle veya kuş aracılığıyla çalışan bir hava ruhuyla olan bağlantının doğrulama süreci basittir. Hava, sesin gücünü ve düşüncenin hareketini ve aktivasyonunu mümkün kılar. Kuş toteminizle bağlantı kurulduğunda veya sizin tarafınızdan doğrulanması gerektiğinde, aşağıdaki beş adımı uygulamanız yeterlidir:

1. Havanın tamamen durgun olduğu bir gün seçin. Herhangi bir tüy alın, dışarı çıkın ve bir ağacın altına oturun.

2. Rahatlayın ve derin nefes alın.

3. Ardından tüyü iki elinizle yavaşça başınızın üzerine kaldırın ve sonra ağzınızın hemen önüne indirin.

4. Şimdi tüyü yavaşça ve nazikçe üfleyin. Üflerken, sanki nefesinizle taşınıyormuş gibi elinizle hareket ettirin.

5. Etkiyi artırmak için, tüyünüzle hatırladığınız yumuşak bir çocukluk melodisini ıslıkla çalın. Eğer düdük veya flütünüz varsa, tüyü ona bağlayın ve melodiyi çalın.

Sadece birkaç dakika içinde, tüyle bağlantılı hava ruhları ve arketipsel güçler aktif hale gelecek. Ağaç yaprakları hışırdacak. Yerde bazı yaprakların veya tozun savrulduğunu görebilirsiniz. Hafif bir esintinin başladığını hissedeceksiniz. Çevrenizdeki kuş aktivitesi artacak.

Bu basit bir egzersiz, ancak havanın gücünü fark etmenize yardımcı oluyor. Tüylerin, bu güçlerle ve onlarla çalışan ruhani varlıklarla bağlantı kurmak için harika araçlar olduğunu hızlı bir şekilde doğruluyor. Bu doğrulama, bir sonraki bölümdeki egzersizleri daha etkili hale getiriyor çünkü birçok

şüpheyi ortadan kaldırmış olacaksınız. Hala tam olarak nasıl çalıştığını anlamayabilirsiniz, ancak çalıştığını bileceksiniz.

**Fetişler**

Fetiş genellikle, enerjisiyle yakından bağlantılı hissettiğiniz herhangi bir doğal nesnedir. Bu, ister arketipsel bir güç isterse nesne tarafından temsil edilen gerçek bir ruh varlığı olsun, enerjinin bir ifadesinin biçimi ve odak noktasıdır. İkinci durumda, bu ruh varlığının sizde uyandırmayı umduğu

enerjinin bir sembolüdür. Ayrıca, nesnenin ardındaki enerjiye daha kolay uyum sağlamanız için bilinçte bir kaymayı kolaylaştıran bir araçtır.

[İçindekiler]

14. O'Connor, Karen. Tüy Kitabı (Minneapolis, Dillon Press, 1990), s. 4-5.

DOKUZUNCU BÖLÜM

TÜY BÜYÜSÜ

Her tüy bir tılsımdır. Kutsal bir nesne haline gelebilir. Tılsım ve kutsal nesnelerin kullanımı, dünyanın her yerindeki insanlar tarafından benimsenmiştir. Katoliklikteki tesbih ve haçtan, Kızılderililerin tüy yelpazesine kadar her dinde kullanımlarına rastlanır. Tibetliler dua bilezikleri kullanırken, Mısırlılar skarabe takarlardı.

"Fetiş" kelimesi, ilk olarak "tılsım" anlamına gelen Portekizce "feitico" kelimesinden gelir. Bu kelime, sihirli özelliklere sahip olduğuna inanılan kutsal emanetler, tesbihler ve resimler için kullanılıyordu. Portekizli kaşifler bu kelimeyi Batı Afrika yerlilerinin taptığı nesnelere uyguladılar. Bu kavram, tarih boyunca kutsal yerlere, ağaçlara, kutsal emanetlere ve

benzerlerine duyulan saygı gibi birçok ifade bulmuştur. Fetişizmin temel fikri, manevi güçlerin maddi nesnelerin içinde bulunduğu düşüncesidir.

Fetiş, genellikle mistik veya büyülü güçlere sahip olduğuna inanılan bir nesnedir. Aslında, sadece uyum sağladığınız enerjinin bir hatırlatıcısıdır. Bir oyma, bir figür, bir hayvan parçası, bir taş veya bir resim olabilir. Basit bir kağıt parçası üzerindeki bir yazı da olabilir. Kristaller, skarabe böcekleri, kabuklar, kürk, tüyler, kil figürleri ve benzerleri en yaygın biçimlerinden bazılarıdır.

Tılsımlar ve kutsal nesneler genellikle muska ve tılsım olarak kullanılır. Altın Şafak'a göre, bir muska "temsil etmeyi amaçladığı Güç ile yüklü sihirli bir figürdür." 15 Bununla birlikte, genel olarak, bir muska ile bir tılsım arasında bir fark vardır. Bir muska, genellikle yaşamın bir alanında iyi şans getirmek veya bir hedefe ulaşmaya yardımcı olmak gibi belirli bir amaca hizmet etmek için yapılmış herhangi bir nesne olarak görülebilir. Zihin üzerinde telkin edici bir etkisi vardır. Bir tılsım, genellikle koruma ve sağlık için takılması dışında çok farklı değildir. Her ikisi de genellikle bir ritüel veya meditasyon eylemiyle kutsanır veya "yüklenir". Bu, onları yaparken yoğun bir odaklanma uygulamak kadar basit bir şekilde gerçekleştirilebilir.

Tüyler, tılsımlar ve diğer kutsal nesneler genellikle araç olarak kullanılır. Hayatın daha uhrevi enerjileriyle bağlantı kurmamıza yardımcı olabilirler. Doğal dünyanın arketipsel figürlerine bağlantı sağlayabilirler veya ruhsal âleme açılan antenler olabilirler. Saygı ve duanın fiziksel bir ifadesi olabilirler veya koruma ve şifa aracı olabilirler.

**FETİŞ EGZERSİZLERİ**

Bu bölümde ve kitabın diğer bölümlerinde öğreneceğiniz gibi, tüyler, dua çubukları ve diğer tılsımlar ve kutsal nesnelerle çalışırken, gücün ve enerjinin nesnenin kendisinde olmadığını hatırlamak önemlidir -istisnalar

olsa da (örneğin kristaller, vb.). Nesne, belirli bir enerji ifadesine şekil ve odak kazandırmamızın bir aracıdır. Nesne, o enerji veya güçle olan ilişkimizi ifade eder. Kutsal bir nesne yaratarak, o güçle aynı anda fiziksel, duygusal, zihinsel ve ruhsal düzeylerde güçlü bir bağlantı kurmaya ve onu harekete geçirmeye yardımcı olursunuz.

**Alıştırma #1: Tüyünüzün Ne Anlattığını Anlamak**

Doğada kuşları gözlemleyen herkes, onların çok fazla tüy temizleme işlemi yaptığını fark edecektir. Bu temizleme işlemi, tüylerin liflerini temizler ve yeniden düzenler. Tüyler boyunca, onları kaplamaya ve yalıtmaya yardımcı olan doğal bir yağı dağıtır. Tüy bulduğunuzda veya size hediye edildiğinde, siz de onları temizlemelisiniz. Bu temizleme işlemi, tüylerin özü ve enerjisiyle bağlantı kurmanıza yardımcı olacaktır. Ellerinizdeki doğal yağların tüye dağılmasına yardımcı olarak, sizi tüy ve enerjisiyle uyumlu hale getirecektir.

Kuşlar genellikle iki şekilde tüylerini temizlerler. Tüyün dibinden ucuna doğru, her bir tüyü gagalarıyla hafifçe ısırarak bir temizleme hareketi yaparlar. Ardından, fermuar etkisi gibi bir çekme hareketi gerçekleştirirler. Her ikisi de tüylerin genel temizliği ve yalıtımı için gereklidir.

Tüylerinizi nazikçe tutun, ancak kendi yönteminizle tüy bakımı yapın. Tüy tellerini inceleyin ve parmaklarınızı nazikçe tellerin üzerinde gezdirin. Tüy tellerini sap boyunca nazikçe öne doğru fırçalayın. Eğer üst üste biniyorlarsa, bunu yaparak onları düzeltmenin kolay olduğunu göreceksiniz. Ardından tüyü parmaklarınızın arasından nazikçe geçirin, sap boyunca yukarı doğru çekin. Dokunma duygunuzu geliştirir ve enerjinizi de tüyün içine işlemeye başlarsınız.

Bu yaklaşım, ona daha fazla dikkat etmenize de yardımcı olur. Renkleri, desenleri, çizgileri, çubukları veya noktaları not edin. Hepsinin bir anlamı

olabilir. Bunlar, enerjiyi ve hayatınızda nasıl tezahür edeceğini belirlemenize yardımcı olabilir. Tüyün her yönü önemlidir.

**Egzersiz #2: Tüyler Üzerinde Nefes Alma**

Kuşlar ve tüylerle ilgili olarak nefes ve havanın önemini zaten ele aldık. Nefes, ister birleşmeye yardımcı olmak ister şifa amaçlı olsun, tüyün enerjisini harekete geçirmek için de gereklidir. Elbette, kuşa hayat vermenin birçok yolu vardır.

Tüyler de var, ama biz iki tanesine odaklanacağız. 2. egzersizde, tüyün enerjisini üzerine nefes alarak nasıl aktive edeceğinizi öğreneceksiniz. 3. egzersizde ise tüylerin içinden nefes alarak nasıl şifa vereceğinizi öğreneceksiniz.

Tüylerle tanışma süreciniz boyunca, 1 numaralı egzersizde açıklandığı gibi, tüylere nefes alıp verme işlemini yapmalısınız. Bu işlem, tüyü meditasyonda, şifada, şekil değiştirmede veya başka herhangi bir girişimde kullanmadan önce mutlaka yapılmalıdır. Nefesiniz, harekete geçirici ilke haline gelir. Tüyün yaşamını ve enerjisini tetikler, yansıttığı arketipsel güçleri uyandırır.

Bunun en etkili şekilde çalışması için, tüy ve geldiği kuş hakkında önceden biraz araştırma yapmış olmalısınız. Muhtemelen hangi enerjilerle bağlantılı olduğunun farkında olmalısınız. Kuşun, içinizde yeni bir hayata dönüşmesini ve aktif hale gelmesini istediğiniz nitelikleri daha da önemlidir.

1. Rahatsız edilmeyeceğiniz bir zaman bulun.

2. Ortamı tütsü, doğa sesleri, müzik veya faydalı bulduğunuz herhangi bir şeyle hazırlayın.

3. Tüylerinizi önünüze veya kucağınıza koyun.

4. Yavaş ve ritmik nefes almaya başlayın. Dört saniye boyunca nefes alın, dört saniye nefesinizi tutun ve ardından dört saniye boyunca nefes verin. Nefesinizi yavaş ve düzenli tutun. Her nefeste daha derin bir şekilde rahatladığınızı hissedin.

5. Kuşun görüntüsünü zihninizde canlandırın. Zihninizde tüm niteliklerini ve özelliklerini gözden geçirin. Hava ve nefesin de zihinsel aktiviteyle ilişkili olduğunu unutmayın.

6. Şimdi zihninizde kuşunuzu özgür ve güçlü bir şekilde uçarken hayal edin. Zihninizde uçuşunu gözlemlerken, onunla ilişkilendirdiğiniz nitelikleri yaydığını görün.

7. Şimdi tüyünüzü alın. (Birden fazla tüyünüz varsa, bu kısmı teker teker yapın.) Tüyü sapından iki elinizle tutarak ağzınızın birkaç santim önüne getirin. Gözlerinizi kapatın ve uçuş halindeyken kanat hareketlerini hayal edin. Buna odaklanırken, nefesinizin de aynı ritmi izlemesine izin verin. Kanatlar aşağı doğru hareket ederken nefes alın. Yukarı doğru hareket ederken nefes verin. (Bu ilk başta garip gelebilir, ancak kuşların insanlardan ters yönde nefes aldığını unutmayın.)

8. Her nefes verişinizde, tüyün üzerine nefes verin. Bunu hem uçmanın gücünü onurlandırmanın hem de yaşam nefesinizi kuş toteminizin yaşam nefesiyle birleştirmenin bir yolu olarak hayal edin. Bu nefes alma işlemine bir veya iki dakika devam edin. Bunu, tüyün içine ve arkasındaki arketipsel güçlere yeni bir yaşam nefesi üflemek olarak görselleştirin.

9 Bunu yaparken tüyün hareketinde hafif bir titreşim hissetmeye başlamalısınız. Bu bir karıncalanma, artan bir basınç hissi, bir sıcaklık veya benzeri bir duygu olabilir. Tüyün enerjisi canlanıp etrafındaki havayı etkilediği için bu his her iki elinizi de kapsayacaktır.

10. Tüyü tutarken, tüyü çevreleyen enerjinin kollarınızdan yukarı doğru, vücudunuza doğru hareket ettiğini hayal etmeye çalışın. Bunu hissedebilir, görebilir, algılayabilir veya sadece hayal edebilirsiniz. Buna odaklandıkça gerçekleşecektir. Unutmayın, tüm enerji düşünceyi takip eder ve kuşlar düşünce alemine hükmeder. Birkaç dakika ayırın ve kuşun enerjisinin, tüm karşılık gelen yetenekleriyle birlikte içinizde uyandığını görselleştirin. Önümüzdeki hafta bu enerjileri ve yetenekleri başarıyla kullandığınızı hayal edin.

Birkaç dakikanızı ayırın ve bu egzersizi tüyü kullandığınız sıklıkta tekrarlayın. Bu, tüyleri uyandırır ve güçlendirir. Bunu her yaptığınızda tüylerin etrafındaki enerjiler artacaktır. Kümülatif bir etkisi vardır. Daha yükseğe uçmanızı veya sadece kendi iç dünyanıza daha derine inmenizi sağlayacaktır. Kuşun enerjilerini hayatınızda tezahür ettirmeyi çok daha kolaylaştıracaktır. Zihninizi kuşun özelliklerine odaklayın.

Her nefes alışınızda onunla daha da bütünleştiğinizi bilin. Nefes alıp verirken düşünceleriniz ne kadar yoğunlaşırsa, tüyün enerjisi de o kadar güçlü olur. Bu, sizinle doğada yansıyan ilahi güçler arasında dinamik bir bağ kurar.

**Egzersiz #3: Tüylerin Arasından Nefes Almak**

Bu, tüyün ve ona karşılık gelen kuş arketipinin iyileştirici enerjilerini harekete geçirmek için güçlü bir tekniktir. Vücudun belirli bölgelerine özel iyileştirici enerjiler göndermeyi kolaylaştırır. Özünde, nefesinizle kuş toteminizin enerjilerini vücudunuza ve enerji sisteminize göndererek belirli etkiler yaratırsınız.

İyileşmenin en etkili olması için tüyünüzün ve onu temsil eden kuşun özelliklerini bilmek önemlidir. Bazı kuşlar, vücudun bazı rahatsızlıkları üzerinde diğerlerinden daha etkilidir. Örneğin, bir akbaba tüyü, aurayı,

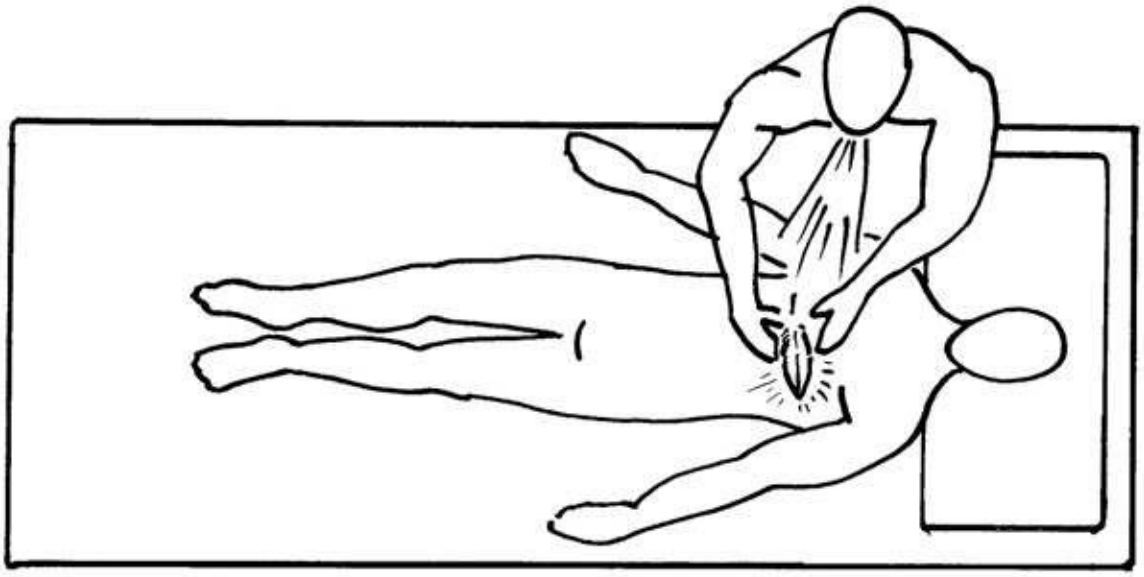
bağırsakları ve tüm sindirim sistemini temizlemek için harikadır. Bir kardinal tüyü, kan rahatsızlıklarına yeni bir canlılık katmak için kullanılabilir. Özellikle anemi sorunlarında etkilidir. Kuş toteminizin incelenmesi, hangi vücut sistemlerinin ve organlarının ondan en kolay etkilendiğini belirlemenize yardımcı olacaktır.

Ayrıca, herhangi bir kuşun enerjisiyle uyum sağlamak için herhangi bir tüyün kullanılabileceğini de unutmayın. Akbaba tüyünüz olmasa bile, yine de onun enerjisiyle uyum sağlayabilir ve sahip olduğunuz tüyü sindirim sorunlarının giderilmesi gibi amaçlarla nefes alıp vermek için kullanabilirsiniz. Sadece tüyün üzerine nefes alırken enerjisini aktive etmeniz gerektiğini unutmayın; zihninizde, enerjilerini çağırmak istediğiniz kuşun görüntüsünü ve özelliklerini canlandırın. Tüyünüz daha sonra odaklandığınız kuşun özelliklerini ve enerjilerini alacaktır. Bu teknikle iyileşme adımları şunlardır:

1. Çalışacağınız ortamın temiz ve hazır olduğundan emin olun. Herhangi bir kesinti veya rahatsızlık olmadığından emin olun.

2. Kişiyle çalışmaya başlamadan önce bir gevşeme egzersizi yapın. Ritmik nefes almayı içeren bir egzersiz daha etkili olacaktır.

3. Daha önce açıklanan "Nefes Alma" egzersizini gerçekleştirin. Bu, iyileştirilecek kişi gelmeden önce bile yapılabilir. Uygun kuşun belirli iyileştirici özelliğine odaklanmaya özen gösterin.



4. Eğer kesin sağlık sorunu belirlenemiyorsa veya uygun kuş tespit edilemiyorsa, bu tekniği kişiye yeni bir hayat nefesi vermenin bir yolu olarak görün. Tedaviye gelen kişide daha canlı bir nefesi harekete geçirmenize yardımcı olması için toteminizin size nasıl yardımcı olacağına odaklanın.

**Tüy Aracılığıyla Nefes Alarak Şifa**

Tüyü sorunlu bölgenin üzerine yerleştirin. Ardından ağzınızı tüyün üzerine kapatın ve nefesinizi tüyün içinden sorunlu bölgeye doğru üfleyin. Nefesinizin, tüyle ilişkili arketipsel enerjileri harekete geçirip vücudun o bölgesine gönderdiğini görselleştirin. İyileştiğini ve güçlendiğini görün.

5. Kişinin oturmasını veya ayakta durmasını sağlayın. Ardından, 4. Alıştırmada açıklandığı gibi, bir tüy aura fırçasıyla aurayı temizleyerek arındırın.

6. Şimdi kişiyi oturtun veya yatırın. Kişi, tüyü doğrudan vücuduna yerleştirebileceğiniz bir pozisyonda olmalıdır.

(Bu yöntem baykuş tüyleri dışında herhangi bir tüy ile kullanılabilir. Baykuş tıbbı ile çalışırken, tüylerin temas etmesi sorunu vücudun daha derinlerine itebilir, bu nedenle baykuş tüyleri vücuda temas etmemelidir.)

7. Tüyü yardıma ihtiyaç duyulan vücut bölgesine yerleştirin ve ellerinizi tüyün iki yanına kapatın. Ardından başınızı aşağı indirin, ağzınız ellerinizin üzerinde, doğrudan tüyün üzerinde olacak şekilde kapansın. Yavaş ve ritmik nefes almaya başlayın.

8. Kendinizi üflerken, tüyün enerjisini harekete geçirirken ve vücudun dengesiz bölgesine yeni bir hayat nefesi verirken görün. Kuşun arketipsel gücünü vücuda göndererek dengesiz durumu iyileştirip güçlendirdiğinizi hayal edin. Nefesin sıcaklığı, görselleştirme ve tüy, bireyin en çok ihtiyaç duyduğu iyileştirici enerjilere şekil ve odak kazandırmak için birlikte çalışır.

9. Vücudunuzdan esen rüzgarları görün ve hissedin; bu rüzgarlar tüm sağlık sorunlarını alıp götürsün, dünyanın ilahi rüzgarları tarafından dağıtılsın, yok edilsin ve ortadan kaldırılsın. Bunu, tamamlandığını hissedene veya düşünene kadar devam ettirin.

10. Son olarak, tüyden yapılmış aura temizleme fırçanızı kullanarak aurayı tekrar temizleyin.

Elbette, bunun kullanılabilecek birçok varyasyonu vardır. Ses, bu egzersize güçlü bir katkı sağlar. Tüy aracılığıyla vücuda belirli ezgileri nefes alıp vererek uygulamak güçlü sonuçlar doğuracaktır. Sesin hava elementinin bir parçası olduğunu unutmayın. Kişinin adının sesli harflerini nefes alıp vererek uygulayın. Bu, iyileşmeyi daha etkili hale getirecektir. Sesli harfler ve ad, kişinin temel enerjileriyle doğrudan bağlantı kurar.

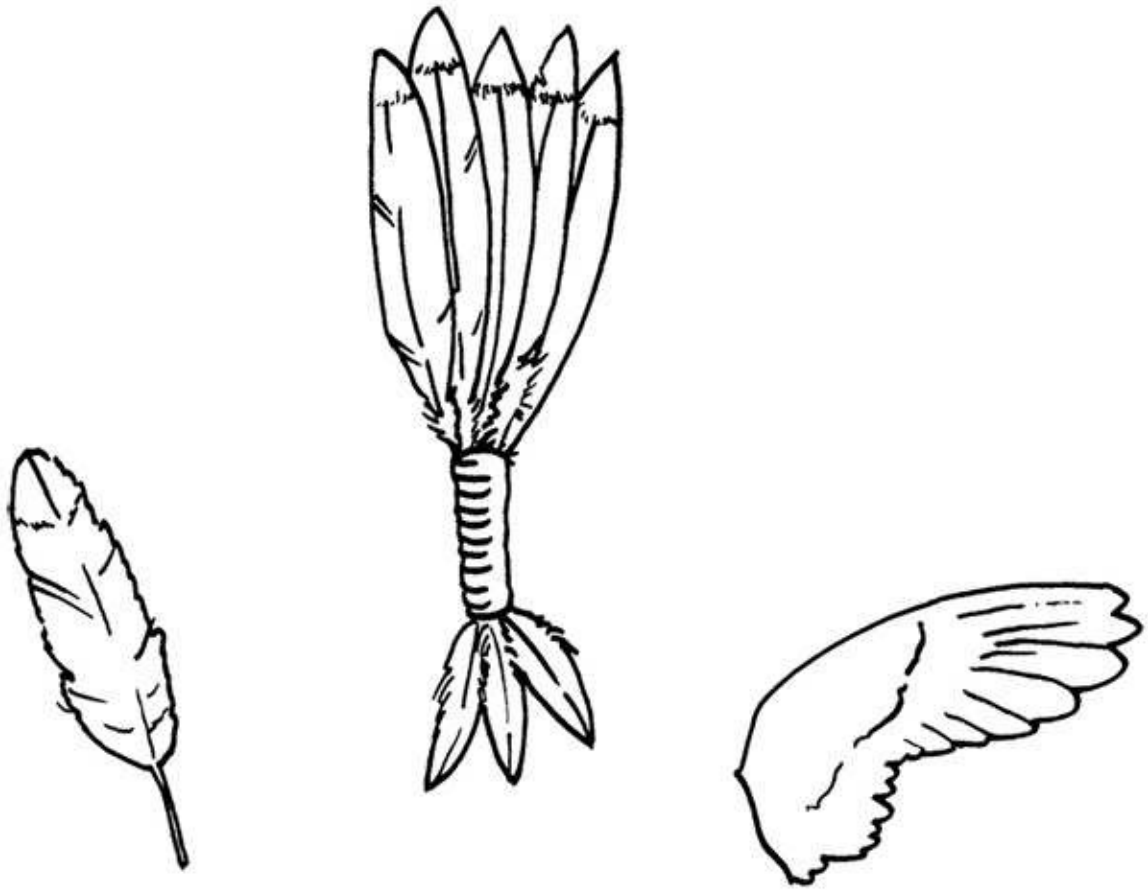
İsterseniz öncelikle genel olarak vücudunuza nefes alarak da başlayabilirsiniz. Tüyü başınızın tepesine, göğsünüze ve ayaklarınıza

yerleştirip, sorunlu bölgeye geçmeden önce bu pozisyonların her birinde nefes almayı deneyin. Denemekten çekinmeyin.

Bu süreçte sezgilerinize güvenin. Üzerinde çalıştığınız her kişi biraz farklı olacaktır. Unutmayın ki kuşlar, sezgisel yeteneklerimizi daha yaratıcı ve esnek bir şekilde kullanmamıza yardımcı olur.

**Egzersiz #4: Tüylerle Aurayı Temizleme**

Tüylerin en yaygın kullanım yöntemlerinden biri, aurayı temizlemek veya arındırmaktır. Günümüzde çoğu insan onları Kızılderili ve şamanik faaliyetlerle ilişkilendirir. Bu işlemde kullanılan tüylere çeşitli isimler verilir; en yaygın ikisi aura temizleyici veya tüy temizleyicidir. Çeşitli şekillerde olabilirler ve aşağıdaki sayfada bunlardan birkaçı gösterilmektedir.



**Tüylü Aura Toz Alma Fırçaları**

Aura temizleme fırçaları birçok tüyden veya tek bir tüyden oluşabilir. Hindi akbabası tüyleri, aurayı temizlemek için mükemmel birer fırça görevi görür.

İnsan aurası, insan vücudunu her yönden çevreleyen enerji alanıdır. Birçok enerji türünden oluşur, ancak güçlü bir elektromanyetik yönü vardır. Bu, sürekli olarak enerji yaydığımız ve emdiğimiz anlamına gelir. Karşılaştığımız her şey ve herkes enerjimizi etkileme yeteneğine sahiptir. Bu alışverişin farkında olmadığımız sürece, gün içinde çok fazla "enerji kalıntısı" biriktirebiliriz. Birçok yönden, birikmiş ve zararlı bir etkiye sahip statik elektriğe benzer. 16

Aura temizleyiciler, herhangi bir şifa aktivitesinden önce ve sonra kullanmak için etkilidir. Ayrıca, gün boyunca biriken enerji kalıntılarını temizlemek için her gün kullanmak da faydalıdır.

1. Aura her yöne yayıldığı için, pudralama işlemini ön, arka, yanlar, baş ve ayaklara yapmalısınız.

2. Tüyleri gövdeye değdirmeyin, sadece gövdeden yaklaşık 2-3 inç (5-7,5 cm) uzakta yumuşak, süpürme hareketleri yapın.

3. Baştan başlayıp aşağı doğru ilerleyin. Bunu yaparken, vücudunuzdaki tüm olumsuzlukları kelimenin tam anlamıyla süpürüp temizlediğinizi hayal edin.

Unutmayın ki tüm enerji düşünceyi takip eder ve kuşlar ile tüyler düşünce süreciyle bağlantılıdır.

4. Ayrıca ön ve arka kısımları da süpürün ve ilham aldığınız herhangi bir vücut bölgesinde ekstra toz alma işlemi yapın. Koltuk altlarını temizleyin ve kişinin ayaklarını kaldırmasını isteyin ve ayaklarını da tozdan arındırın.

Hatta sanki o bölgeyi temizleyecek, ruhani bir rüzgar yaratıyormuşsunuz gibi hayal edebilirsiniz.

5. Etkiyi artırmak için tütsü yakma da kullanılabilir. Bu, vücudu daha da temizlemek ve arındırmak için tütsünün kokusunu ve dumanını vücuda sürme işlemidir. Genellikle tütsüyü yakmak için bir kase kullanılır ve duman yükselirken, tüy(ler)le kişinin tüm vücuduna ve çevresine sürülür. Bu, arındırıcı kokuda yıkanmanın bir yoludur. Adaçayı, sedir ve tatlı ot bu amaçla kullanılan yaygın bitkilerdir. Günlük ve mür de kullanılabilecek etkili temizleyici kokulardır.

**Alıştırma #5: Tüy ve Tılsım Kapları**

Tılsım kapları ve "şifa keseleri" genellikle tüyleri ve tılsım figürlerini saklamak için kullanılır. Yapımı en kolay olanlardan biri de kil bobinleri kullanılarak yapılır.

Bunlar süslenebilir ve boyanabilir. Bu tür kaselerin veya kapların kullanılması, bunların sadece ortada durmasından ziyade, fetiş sahibine daha fazla güç kazandırır.

Tüm kaseler, fincanlar ve kazanlar, evrenin ilahi dişil enerjilerinin sembolleridir. Yeni yaşamın ortaya çıktığı rahim enerjisidir. Dairesel şekil dinamiktir, çünkü başlangıcı ve sonu yoktur. Tüm olasılıklarla birlikte tezahür etmemiş olan her şeyi temsil eder. Tüyler ve tılsımlar, kaseye yerleştirildiğinde enerji rezervleri biriktirmeye başlar. Çıkarılıp kullanıldığında, bu enerji rezervi aktif hale gelir. Dışarıda bırakılan bir tılsım gücünü kaybeder ve daha sık şarj edilmesi gerekebilir.

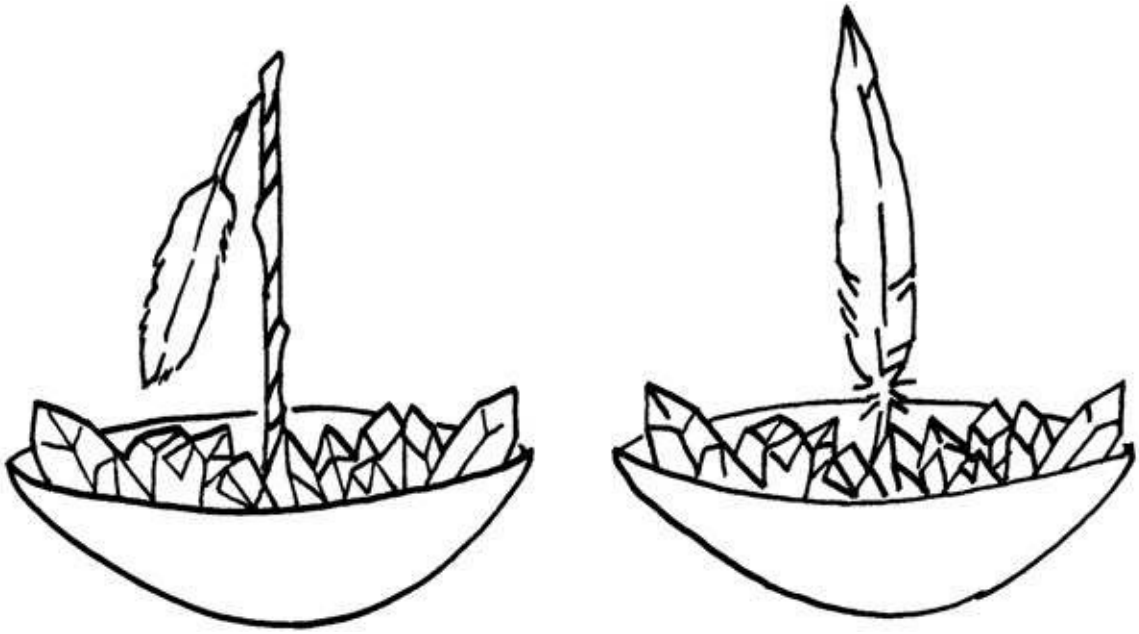
Kaselerin ayrıca içsel ve dışsal bir ifadesi vardır; tezahür etmemiş ve tezahür etmiş olan. Kase, tüy fetişinin ardındaki arketipsel gücün girip toplandığı bir geçit haline gelir. Fetiş geri çekildiğinde ve kullanıldığında bu güç ayrılır ve aktif hale gelir.

Bu kase, bereket boynuzunun sembolü ve enerjileriyle bağlantılıdır. Orijinal bereket boynuzu, Oğlak takımyıldızı haline gelen Amaltheia'nın keçisinin boynuzundan yapılmıştır. Sonsuz bir kaynak sembolüdür. Bize, bu tılsım kabını, tılsımın kendisi aracılığıyla sembolize edilen ve tezahür eden enerjileri çoğaltmak ve artırmak için kullanabileceğimizi hatırlatır.

Bu kase, Büyük Ana'yı temsil eder. Evrenin sembolüdür. Evrendeki tüm enerji ifadelerinin sembolüdür.

İster basit bir tüy olsun ister bir hayvan toteminin figürü, bir tılsımı tılsım kabına veya kasesine koyduğunuzda, o tılsımla ilişkili enerjiler birikmeye başlar ve sonunda hayatınızda daha güçlü bir şekilde şekil ve ifade bulabilirler.

Tılsımlar ve tılsım kapları kullanmak, hayvan totemlerinize saygı göstermenin ve onlarla birleşmenin bir yoludur. Hayvan elçileri artık eskisi gibi insanlara hizmet etmiyor ve yol göstermiyor, ancak bilinçaltımızda onların hatırası hala mevcut. Bu hatıra, vahşi doğada bulunan insanlarda sıklıkla uyanır. Fırtınalarda uyanabilir ve genellikle rüyalarda uyanır. Hayvan dünyasıyla olan bu kadim ilişkiyi daha bilinçli bir şekilde yeniden uyandırma sürecine başlamak istiyorsak, bize yardımcı olması için tılsım kabını ve tılsımı kullanabiliriz: 1. Kil bir kap kullanın veya kendiniz yapın. Kil gibi doğal malzemelerden birini kullanmak, Ana Tanrıça ile olan bağlantımızı kolaylaştırır ve sembolize eder.



Toprak.

2. Kâsenizi seçtikten sonra, sade bırakabilir veya sizin için kutsal olan şekilde süsleyebilirsiniz. Kâsenin dışına veya içine yazılar veya başka semboller eklemek isteyebilirsiniz. Yazılar, toteminizin enerjilerini yansıtmalıdır.

Tüyler için bir tılsım kabı yapıyorsanız, içini ve dışını kanat resimleri vb. ile süslemek isteyebilirsiniz.

**Dua Çubuğuyla Birlikte Örnek Tılsım Kapları**

Bu tılsım kapları kuvars kristal uçlarıyla doldurulmuştur. Tılsımın enerjisini güçlendirirler ve dua çubukları için destek sağlarlar.

3. Hayvan totemleriyle ilgili tüm çalışmalarda, fetiş kabını yalnızca belirli fetiş türleri için kullanmanızı öneririm. Dini fetişleriniz varsa, onlar için ayrı bir kap bulundurun. Ancak bir kabı hayvan ruhu fetiş kabı olarak, diğerini ise kuş totemleriniz için fetiş kabı olarak saklayın.

4. Ayrıca, kasenin dibine çeşitli taşlar ve kristaller yerleştirmek isteyebilirsiniz. Bu, fetişinizin sembolize ettiği enerjileri daha da güçlendirecektir. Ayrıca, fetişin ardındaki manevi gücü hayatınıza yerleştirdiğini de hatırlatacaktır.

5. Totem fetişinizi tütsüleyin veya temizleyin. Onunla meditasyon yapın. Hatta onu kutsamak ve enerji yüklemek için önceki egzersizleri de yapın. Bunu yaparken hayvanın enerjisini görselleştirmek, hayal etmek ve hissetmek önemlidir. Fetişinizi her tuttuğunuzda, hayvan ruhunuzun enerjisine bir uyanış çağrısı olduğunu bilin. Fetişin, arkasındaki arketipsel güce şekil ve odak noktası verdiğini unutmayın.

6. Totem fetişinizi kullanmanız gerekene kadar kasede saklayın. İsterseniz, toteminizin enerjilerinin verimli hale geldiği yaşam rahmini yansıtan koyu bir bezle de örtebilirsiniz. Fetiş kasesini açıp totem fetişinizi çıkarırken, bunu saygıyla yapın. Bunun yaşam rahmini sembolize ettiğini ve fetişinizi her çıkardığınızda, enerjilerini tezahür etmemiş olandan tezahür etmiş olana çektiğinizi unutmayın. Kaplarda veya kaselerde tüy fetişlerinin etkilerini artırmanın özel yolları için 8. Alıştırma'ya bakın.

7. Tılsımla işiniz bittiğinde, onu tekrar ortaya çıkarma zamanı gelene kadar hayvan ruhu tılsım kabınızın içine geri koyun.

**Alıştırma #6: Dua Çubukları**

Tüylerin en güçlü ve büyülü kullanım yollarından biri de dua çubukları, asalar ve değneklerle birlikte kullanılmasıdır. Çubuklar, asalar ve değnekler uzun zamandır daha yüksek iletişim biçimlerinin araçları ve sembolleri olarak kullanılmıştır. Bir çubuk, asa veya değnek bir anten görevi görür. Enerjileri yönlendirir, alır ve kanalize eder. Dişil yaşam gücünü ortaya çıkarmak ve ifade etmek, şifa, koruma ve yaratım için kullanılırlar.

“Bu adam karanlıkta dolaşırken düşünmeye başladı; sonra kendini ve bir insan olduğunu anladı; orada bir amaç için bulunduğunu anladı. Elini kalbinin üzerine koydu ve büyük bir sopa çıkardı. Sopayı karanlıkta ilerlemek için kullandı ve yorulduğunda üzerine yaslandı.” 17

Asa, değnek ve/veya sihirli değnek, yaratıcı ilkenin ikinci yarısını oluşturur. Bu, iddialı, eril yönü temsil eder. Neredeyse her asa veya dua çubuğu sihirli bir değnek olarak düşünülebilir. Asa veya değnek Baba'dır. İstenilen şeyleri tezahür etmemiş olandan ortaya çıkaran şeydir. Bu tür araçlar, yaratıcı süreci büyütmemize ve seçmemize yardımcı olur.

**Dua Çubukları, Asalar ve Değnekler**

Yukarıda dua çubukları ve asalarına ait üç örnek bulunmaktadır: (soldan sağa) Şahin tüyleriyle süslenmiş bir Yolculuk Asası, Çobanpüskülü ve Grifon tüyünden yapılmış bir Peri Diyarı Dua Çubuğu, 18

Ve daha geleneksel bir dua çubuğu. Çatallı bir daldan yapılan bu ikinci dua çubuğunun üzerinde sarıasma kuşu tüyleri bulunuyor. Dalın bir çatalı siyah, diğeri ise sarıasma kuşunun renkleri olan turuncuya boyanmış. Çatallı bir dal kullanılmasının nedeni, sarıasma kuşunun asılı yuvasını ağacın çatallı bir dalından yapmasıdır.

Çubuklar, asalar ve değnekler birçok toplumda kullanılmıştır. Çoğu insan sahne sihirbazının sihirli değneğini bilir. Bu sadece bir aksesuardır, ancak gerçek bir değnek dönüşüm ve tezahür sürecinde yaratıcı bir işlev görür. Tılsımlar ve benzeri şeylerle birlikte kullanıldığında, onu doğal dünya ve onun ruhları ve enerjileriyle bağlantı kurmak için kullanırız.

Dua çubukları, asalar ve değnekler, doğal malzemelerden yapıldığında ruhani totemlerle çalışmada en etkili olanlardır. Ahşap çubuklar etkilidir, ancak çeşitli ağaçların dalları da öyle. Her ağacın kendine özgü bir enerjisi vardır ve bunu akılda tutmak, dua çubuğunuzu daha etkili hale getirmenize yardımcı olacaktır. (Ağaçların enerjileri hakkında bilgi için, önceki çalışmalarımın bir tanesi olan "Büyülü İsim"e başvurabilirsiniz.) Her iki ucu da kapatılmış bakır borular da harika dua çubukları ve değnekler yapabilir. Bakır, toprağın bir elementidir.

Bakır ve ahşap dua çubukları, onlara daha büyük bir anlam kazandırmak için süslenebilir. Bunlar için farklı renklerde kumaş ve deri sargılar yapılabilir. Toteminizin tüyleri takılarak, çubuk toteminizle doğrudan bir bağlantı kurabilir.

Tahta çubuklar, asalar ve değnekler üzerine semboller ve benzeri şeyler oyulabilir.

Kristaller, raflar ve taşlar bağlanabilir. Toteminiz hakkında araştırma yapmanın önemli olduğunu unutmayın. Ve sopanıza, değneğinize veya asanıza bağladığınız her şey, o totemin bir yönünü yansıtmalıdır. Yerli Amerikan geleneğiyle çalışanlar için, dünyanın yönlerinin renkleri üzerlerine boyanabilir. Örneğin, bazı kuşlar çeşitli yönlerle ilişkilendirilmiştir. Akbaba Güney'in totemi, şahin ise genellikle Doğu'nun totemi olarak kabul edilir. Dua sopanız, değneğiniz veya asanız belirli bir kuşla bağlantı kuracaksa, onu uygun renkte boyayabilir veya sarabilirsiniz.

Farklı kabileler ve gelenekler, yön belirtmek için farklı renkler kullanmıştır. Renkleri kullanırken en önemli şey, belirli bir rengin anlamını bulmaktır. Sadece bir yerdeki bir tabloda olduğu için kullanmayın. Dua çubuğunuzun rengi için ne kadar çok anlam bulursanız, sizin için o kadar iyi çalışacaktır. Biraz ileride açıklayacağım kişisel yolculuk çubuğumda, yıkanabilir bir boya kullanıyorum. Her yolculukta, o büyülü yolculuğa özgü renkler, tüyler ve semboller kullanıyorum. Büyülü yolculuğumun sonunda, boyayı yıkarken, yıkamayı dualarımın ve eylemlerimin yerine getirilmesi için son eylem olarak hayal ediyorum.

Dua çubukları, asalar ve değnekler, hayvan totemlerinizle çalışırken kendi enerjinizin ve amacınızın uzantılarıdır. Bu araçlar enerji kanallarıdır ve diğer tılsımlara ve tılsım kabına gösterilen özen kadar onlara da özen gösterilmelidir. Bu araçlar, büyük bereketlendirme faaliyetinin sembolleridir. Sanatta ve totem faaliyetinde bunların varyasyonları arasında asalar, şimşekler, sopalar ve fallus da bulunur.

Dua çubukları, asalar ve değneklerin kullanımı, bir kuş olan hayvan totemiyle bağlantı kurmak için kullanıldığında en etkilidir. Hemen hemen her insanın kendisi için totem olan bir kuşu vardır. Bunu keşfetmek ve

ardından dua çubukları kullanarak onunla iletişim kurmak ve çalışmak, hayatınızı güçlendirmenin dinamik bir yoludur. Hayvanların dilini gerçekten anlamanıza ve daha da önemlisi, onların sizi anlamalarına yardımcı olabilir. En etkili dua çubukları, asalar ve değnekler, onlara bağlı tüy tılsımları olanlardır. Gerçek kuş toteminizin tüyünü kullanabiliyorsanız çok faydalıdır, ancak şart değildir. Her tüy, kuş krallığının herhangi bir üyesiyle bir bağlantıdır. Biraz daha fazla azim gerektirebilir, ancak yine de kullanılabilirler.

**1. Dua Çubukları ve Değnekler**

Hopi ve Pueblo Kızılderilileri için ruha adak sunmanın birçok yolu vardı. Mısır unu çeşitli yönlere doğru atılabilirdi.

Turkuaz taşı sıklıkla sunulurdu ve bir raf içinde su da yaygın bir adak biçimiydi. Ruhlar dünyasıyla bağlantı kurmak, adaklar sunmak ve dileklerde bulunmak için en önemli araç ise şüphesiz dua çubuğuydu.

Dua çubukları parmaklarınızdan daha kısa veya ön kolunuz kadar uzun olabilir. Uzunlukları konusunda belirli bir kural yoktur. Acoma Pueblo halkı için 17 yaygın dua çubuğu türü vardı ve halk yılda 16-80 dua çubuğu sunardı. 19

En yaygın kullanılan sopa, soyulmuş söğüt dalıydı. Bunlar genellikle boyanır ve üzerine çentikler ve oluklar oyulurdu. Boyama ve oyma işlemi tamamlandıktan sonra, tüy(ler) takılırdı. Tüy(ler) ya bağlanır ya da sopanın bir ucuna saplanırdı. Renkler, çentikler, tüy ve sopanın türü, bir ruha dilek sunmak için dua sopası oluşturmak üzere bir araya getirilirdi ve her birinin bir anlamı vardı.

Çubuk mesajı, tüy ise mesajı göklere taşıyacak olan ruh kuşuna veya totemine çağrıyı temsil eder. Dua çubuğunun bir ucu toprağa dikilir. Esinti

tüyü yakaladığında, enerjilerini harekete geçirir ve yeryüzündeki isteği göklerle birleştirir.

İdeal olarak, çubuk ve tüy uyumlu olmalıdır. Kuşun nitelikleri, çubuğun nitelikleri ve enerjileriyle uyum içinde olmalıdır. Bunu belirlemenin en kolay yollarından biri, kuşun genellikle yuvasını yaptığı ağaç türünü incelemektir. Örneğin, keklikler meşe ormanlarını ve yabani üzümlerin yetiştiği alanları sever. Eğer bir keklik tüyünüz varsa, meşe ağacından bir çubuk veya yabani üzüm çalısından bir çubuk kullanabilirsiniz. Sarıasma kuşu, asılı yuvasını çatallı bir daldan yapar, bu nedenle sarıasma kuşu tüyüyle çatallı bir çubuk kullanmak, bu totemle bağlantı kurma yeteneğinizi artıracaktır. Çubuğun bir çatalını sarı veya turuncu, diğerini ise siyah renge boyayarak (sarıasma kuşunun geleneksel renkleri) etkinliğini artırabilirsiniz.

Unutmayın ki tüm tüyler ruh ve tanrılarla ilişkilidir. Yaşam nefesinin sembolleridirler. Niyetlerinizi tüyün üzerine üflemeyi öğrenmek çok önemlidir. Dua çubuğunuzu yaparken, zaman zaman tüyü çubuğun üzerinde tutun ve tüyün içinden çubuğa hafifçe nefes verin. Bu, enerjisini harekete geçirmeye ve çubuğa yerleştirmeye yardımcı olur.

Çoğumuz kırsalda yaşayanların sahip olduğu miktarda tüy bulma olanağına sahip değiliz, ancak şehirde yaşayanlar bile tüy bulabilirler. Düzenli yürüyüşler yapın. Sağlık faydalarının yanı sıra, yürürken yere dikkat edin. Bulduğum tüylerden bazılarını almadan nadiren yürüyüş veya koşu yaparım. Ayrıca dua çubuklarımızı dikme lüksümüz de yok. Çok amaçlı, her yerde kullanabileceğiniz bazı dua çubukları yapmanızı öneririm. Birini şifa için, birini koruma için, birini bolluk için vb. kullanabilirsiniz.

Gördüğüm bir tanesi akbaba tüyleri ve yaban elması ağacının odunundan yapılmıştı. Bu, arınma için çok faydalıdır.

Dua çubuklarını dışarıya dikmenize gerek yok. Onları tıpkı bir asa gibi elinizde tutabilir ve meditasyon yapabilirsiniz. Etrafınızda sallayın. Tüy hareket edip dans ederken, enerji canlanır. Önünüzde yukarı aşağı spiral şeklinde hareket ettirin ve enerjinin yükselişini görün ve hissedin. Ruh toteminizin varlığının geldiğini hissedin. Dileğinizin enerjisinin aktifleştiğini hayal edin ve hissedin.

Geleneksel yöntemle yapıp dışarıya dikmek yerine, onları saklayıp tekrar tekrar kullanabilirsiniz. Her kullanımdan sonra tütsüleyerek veya temizleyerek arındırdığınızdan ve ardından yeni, daha özel niyetinizle yeniden enerji yüklediğinizden emin olun. Bunu yapmanın birçok etkili yolu vardır, ancak en güçlü ve etkili yöntem, 108. sayfada gösterildiği gibi dua çubuğunun kullanımını tılsım kabının kullanımıyla birleştirmektir .

Çok eski bir pagan ritüeli, Baba ve Annenin birliğini sembolize eden bir bıçağı bir kaba koymayı içerir. Bu, yaratılış eylemidir. Her defasında bir dua çubuğunu fetiş kabına veya kasesine koyduğunuzda, sembolik olarak aynı şeyi yapıyorsunuz. Erkek ve kadın, ister cinsel ister sembolik olarak birleştiğinde, yeni enerji ifadelerinin doğuşu gerçekleşir. Bu enerji ifadesi, kişinin düşüncelerinin odak noktası ve dua çubuğunun yaratılma biçimi tarafından büyük ölçüde belirlenir.

Dua çubuğu ve tılsım kabı, kendi enerjilerinizin bir uzantısı haline gelir. Enerjiyi güçlendirir, destekler ve topraklandırır. Yaşamın yenilenmesini, yeni bir şeyin doğması için güneş ve ayın yeryüzünde birleşmesini temsil ederler. Tılsım kabı ve dua çubuğu birlikte doğum ve inisiyasyonun sembolleridir. Asa ve tacın birleşmesidir. Yeni bir ifade ve uyum getirmek için zıtlıkların evliliğidir. Tanrı ve tanrıça, güneş ve ay, gökyüzü ve yeryüzü arasındaki bu sembolik kutsal evlilik, dua çubuğu ve tılsım kabının birleşiminde yansıtılır. Ve bu, yeni bir durum, yeni bir yaşam ve yeni bir bütünlük yaratır.

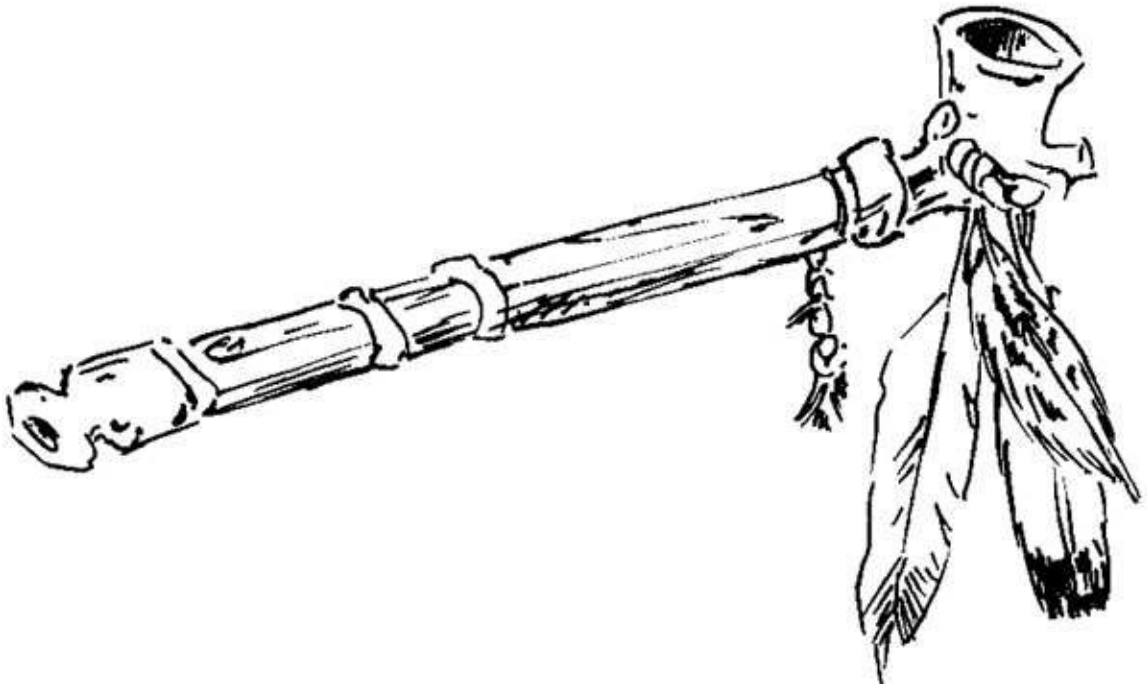
Tılsım kaselerinden biri kristal uçlar ve parçalarla dolu. Yeni veya eski bir dua çubuğu kullandığımda, onu çıkarıp o kristal dolu tılsım kabının ortasına yerleştiriyorum.

**2. Personel**

Asa, yaşam ağacının, cennet ile yeryüzü arasındaki eksenin sembolüdür. Mesajları gökyüzüne iletmek için bir araçtır. Destek sağlar, enerjiye yön ve yoğunluk kazandırır. Asa, en manevi enerjilerinizle olan bağlantının sembolüdür.

Büyü ve güç, uzun zamandır asalarla ilişkilendirilmiştir. İncil'deki anlatılara göre, Musa'nın asası yılana dönüşmüş ve Mısır rahiplerinin asası olan Yılanları yutmuştur. Büyük sihirbaz ve şekil değiştirici Merlin, sıklıkla bir asa ile tasvir edilir. Asa, yaşam yolculuklarımızda bize destek sağlar. Ayrıca, yaşam yolculuğumuz boyunca kendi büyümüzü canlı tutmamızı hatırlatır. Kuşlar, şamanik yolculukları yansıtarak, asaların uçlarını sıklıkla süslemiştir.

Yaratıcı hayal gücünün güçlü bir uygulaması, yol çalışması adı verilen bir teknikte kullanılır. Bu teknik, genellikle Kabala olarak bilinen eski İbrani mistisizm biçiminde kullanılır. Kabalistik Hayat Ağacı'nda tasvir edilen yollar, zihnin ve evrenin çeşitli seviyelerine giden sembolik yollardır. Zihnin farklı seviyelerini (geleneksel Kabalizmde Sephiroth olarak adlandırılır) ve bu seviyelerde bize sunulan enerjileri birbirine bağlarlar. Astral seyahat ve ruhsal alemde kehanet için kullanılabilirler. Belirli enerjileri hayatınıza çağırmak ve tezahür ettirmek için hayal gücüne dayalı senaryolarda güçlü semboller kullanırlar.



Önceki çalışmalarımdan biri olan *"Imagick: Hayal Gücü Yüksek Büyücüler İçin Kabalistik Yol Çalışması" nda* , hareket ve oyunculuğun, zihnin daha derin seviyelerine ve evrenin daha dinamik enerjilerine açılmak için yol çalışmasında nasıl kullanılabileceğini anlatıyorum. Yol çalışması egzersizlerimde bir yolculuk asası yaptım ve bunu dans hareketleri içinde ve Kabalistik Yaşam Ağacı'ndaki enerjileri harekete geçirmek için çeşitli senaryoları canlandırırken kullanıyorum.

Bu, güçlü bir araç haline geldi. Hayat Ağacı'nın ve tüm enerjilerinin içimde olduğunu hatırlatıyor. Yolculuk asamda, genellikle yolun sembollerini ve kelimelerini ve bu yolun bağladığı Hayat Ağacı'ndaki iki Sephiroth'u resmediyorum. Bu, aktive etmeye çalıştığım enerjilere daha da büyük bir biçim ve odak kazandırıyor.

Asanızı, dua çubuğunuz veya değneğiniz gibi süsleyin. Her birine uygun tüyler ekleyin. Asayı yaşam yolculuğunuzu temsil etmek için kullanıyorsanız, göçmen kuşların tüylerini temsil edecek şekilde boyanmış tüyler eklemek isteyebilirsiniz. Ayrıca, kendi kuş toteminizin tüylerini de eklemek

isteyeceksiniz. Amacınız için sembolik ve anlamlı renklerle boyayın. Bazı eski alfabeleri kullanarak, sizin için ve yaşam hedefleriniz için önemli olan isimleri ve kelimeleri oyabilirsiniz.

Birden fazla asa sahibi olabilirsiniz. Şifa asası, yolculuk asası, koruma asası ve yaşam gelişiminizi temsil eden bir asa gibi farklı asalar kullanmak isteyebilirsiniz. Asayı değiştirmekten ve eklemekten korkmayın. Daha önce de bahsettiğim gibi, Kabalistik yol çalışmalarımı dans ederek yaptığım bir asam var. Bu asada suda çözünen boyalar kullanıyorum, böylece tekrar tekrar kullanabiliyorum. Ayrıca, çağırmaya çalıştığım enerjilere karşılık gelen farklı tüyler de kullanıyorum. Eğer tüyleriniz yoksa endişelenmeyin. Her zaman kuş resmini boyayabilir veya genel tüyler kullanabilirsiniz.

Bir noktada, Kabalistik Hayat Ağacı'nın ve çeşitli yollarının tüm geleneksel sembollerini asamın üzerine çizdirdim. Bu uygulamayı yaparken, asam benim kişisel hayat ağacım haline geldi. Her kullandığımda daha da enerjileniyor ve enerjilere erişmek daha kolaylaşıyor.

Denemekten korkmayın. Asanızla dans etmenize gerek yok. Hazırladıktan sonra onu elinizde tutmanız bile enerjileri harekete geçirecektir.

Unutmayın, bu bir anten. Enerjileri buna göre kanalize edecek ve yönlendirecektir. Niyetlerinizi yükseltecek ve onlar sizin için tezahür etmeye başlamak üzere göklere uçacaklar.

**7. Alıştırma: Tüylerinizi Takmak**

Kuş toteminizin enerjilerini harekete geçirmenin ve onunla uyum sağlamanın en kolay yollarından biri tüy takmaktır. Bu, ona saygı göstermenin doğrudan bir yoludur. Ayrıca, hayatınızdaki enerji oyununun sürekli bir hatırlatıcısı görevi görür. Gün boyunca düşünce süreçlerinizi güçlendirmeye de yardımcı olur. Tüy takmanın birçok yolu vardır ve hiçbiri diğerinden daha doğru değildir. Sizin için neyin işe yaradığını aklınızda

tutmalısınız. Aşağıdaki liste, tüyleri takabileceğiniz birçok dekoratif ve yaratıcı yoldan sadece birkaçını sunmaktadır. Deneyin. Yaratıcı olun. Tüy taktığınızda gün boyunca ne kadar daha hafif hissettiğinizi fark edin.

1. Bunları saça bağlayın.

2. Onları bileklik haline getirin.

3. Bunları gömleğinizin veya bluzunuzun düğmelerine takın.

4. Tüyleri ayak bileklerinize takın. (Bu yöntem küçük tüylerle daha etkilidir. Tüylerin çok fazla sarkmamasına dikkat edin, yoksa üzerlerine basabilirsiniz. Çeşitli danslar yaparken, belirli tüyleri genellikle ayak bileklerime takarım.)

5. Onlardan kolyeler yapın.

6. Kemer halkalarına takın.

7. Cüzdan ve keselere.

8. Bunları küpelere takın veya tüylerden kendi küpelerinizi yapın.

9. Bunları kıyafetinize iğneleyin.

10. Bunları kullandığınız veya yanınızda taşıdığınız kişisel eşyalarınıza takın.

**Egzersiz #8: Tüylerinizi Geliştirme ve Koruma**

Tüyler oldukça kırılgandır ve onlara nazikçe davranmak önemlidir. Onları korumanın ve enerjilerini güçlendirmenin yolları vardır: 1. Kullanılmayan tüyleri ipek veya kumaşa sarmak, özellikle bir tılsım kabında saklanmıyorlarsa, onları korumaya yardımcı olur. Bazı tüyler

Bir kısmını saksıda saklıyorum, diğerlerini ise depoda muhafaza ediyorum.

2. Tüylerin adaçayı dallarıyla birlikte saklanması faydalıdır. Adaçayı, tüylerin daha canlı kalmasına ve bozulmasını önlemeye yardımcı olur.

3. Tüylerinizin tamamını ara sıra çıkarıp "Nefesle Enerji Verme" egzersiziyle enerjilendirmek, onların ömrü ve canlılığı için çok önemlidir. Tüylerin miktarına bağlı olarak, onları kullanmıyor olsanız bile bunu yılda en az birkaç kez yapmalısınız. Ben bunu ekinoks ve solstis dönemlerinde yılda en az dört kez yapmaya çalışıyorum.

4. Ara sıra tüm tüylerinizi tütsüleyin. Adaçayı veya adaçayı karışımıyla yapılan tütsüleme faydalıdır. Ot dumanı çıkarken, tüyü içinden geçirin ve her yöne çevirin. Bu, tüyleri temiz tutar ve kullanıma daha hazır hale getirir.

5. Tüylerinizle ses kullanmayı öğrenin. Onlarla şarkı söyleyin. Onlarla mırıldanın, ilahiler söyleyin ve ses çıkarın. Ses, havanın gücünün bir parçasıdır. Tüyün enerjisini güçlendirmenin dinamik bir yoludur. Şarkı söylerken veya ilahi söylerken, tüyün seslerin yayılmasına yardımcı olduğunu ve aynı zamanda bu seslerden onur duyduğunu bilin. Her zaman kutsar.

[İçindekiler]

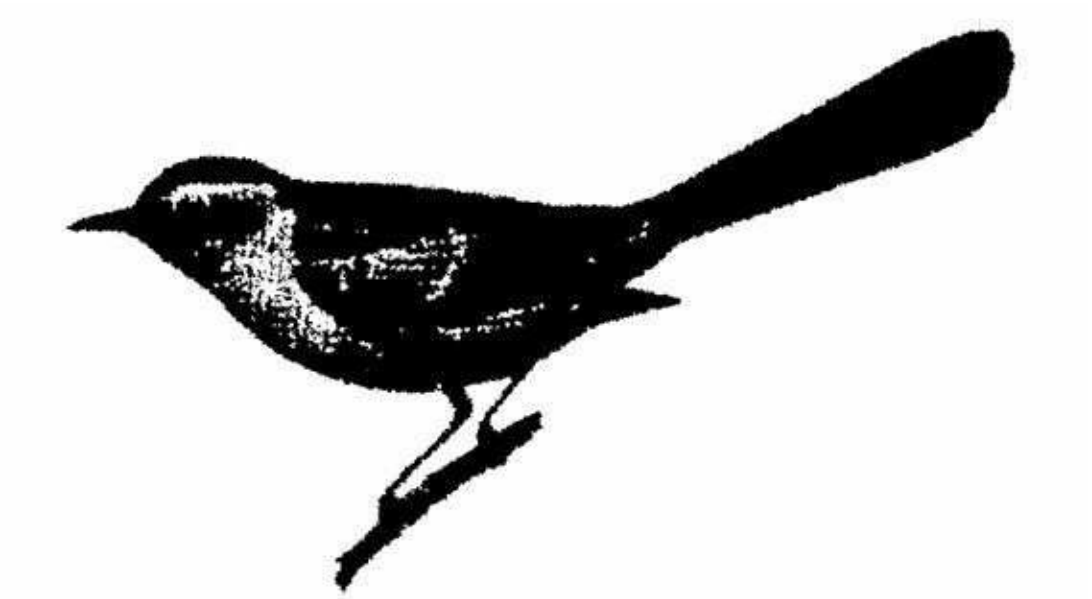
15. Regardie, Israel. Tılsım Yapımı ve Kullanımı (Wellingborough: The Aquarian Press, 1981), s. 11. 99

16. İnsan aurasının özellikleri hakkında daha ayrıntılı bilgi için, yazarın daha önceki eseri olan "Aurayı Nasıl Görebilir ve Okuyabilirsiniz" (Llewellyn Yayınları) adlı kitabına başvurunuz.

17. Russell, Frank. “Pima Kızılderilileri”, Amerikan Etnolojisi'nin 26. Yıllık Raporu, 1904-1905 (Washington, DC: Hükümet Matbaası, 1908), s. 206-230.

18. Çobanpüskülü perileri ve elfleri korur, grifon da onların koruyucusudur. Bir grifon ne zaman ortaya çıksa, genellikle bir tüy hediyesi bırakır. Böyle bir görünümün ardından elime geçen bu tüy, *Periler Diyarı Büyüsü adlı kitabımda anlatılmaktadır.*

19. Tyler, Hamilton A. Pueblo Kuşları ve Mitleri (Flagstaff: Northland Publishing, 1990), s. 2-3.



ONUNCU BÖLÜM

KUŞ TOTEMLERİ SÖZLÜĞÜ

Kuş ve diğer hayvan totemleriyle çalışmaya başladığınızda, onları dikkatlice incelemek önemlidir. Rastgele bir bakış yeterli olmaz. Niteliklerine ve davranışlarına gelişigüzel bakmak, sizin ve hayatınız için önemli olan yönleri kaçırmanıza yol açacaktır. Özellikle başlangıçta, rolleri konusunda yanılmak çok kolaydır.

Öncelikle kendinize bazı temel sorular sorarak başlayın:

• Rengi nedir? (Renklerin önemli ve sembolik olduğunu unutmayın. Bazı kuşlar ve hayvanlar mevsimlere göre renk değiştirir. Bunun kendi hayatınız hakkında size ne anlatması gerektiğini kendinize sorun.)

• Boyutu nedir? (Kuşun boyutunu yansıtabileceği güçle karşılaştırmayın. Kırmızı boğazlı sinek kuşu gezegendeki en küçük kuşlardan biridir, ancak 500 milden fazla büyük göçler yapabilme yeteneğine sahiptir. Daha büyük kuşlar ve totemler daha büyük bir gücü yansıtmaz.)

• Şekli nasıl? (Kuşun ve yuvasının şekli, karakteri ve faaliyetleri hakkında çok şey ortaya çıkarabilir. Bazı kuşlarda, belirgin özellikler göze çarpabilir. Kuşun alışılmadık bir boynu, gagası veya bacakları var mı? Bu özellikler çok sembolik olabilir.)

• Nasıl davranır? (Davranışına bakmanın önemini zaten tartıştık. Her kuş ve hayvanın kendine özgü ve karakteristik bir davranışı vardır. Bu, bu totem sembolünün hayatınızdaki önemine dair en önemli ipuçlarından biridir.)

• Nasıl uçuyor? (Sadece nasıl uçtuğu değil, nereye uçtuğu da önemlidir. Eğer göç ediyorsa, dünyanın belirli bir bölgesine mi gidiyor? Bu size çok şey anlatabilir. Yönlerin de sembolik olduğunu unutmayın. Bazen göç ettiği yer, sizi etkileyen ve mevcut yaşamınızda daha çok yararlandığınız geçmiş bir yaşamı yansıtabilir.)

• Nereden geliyor? (Yerler, totem'in diğer yönleri kadar semboliktir. Bazı kuşlar ve hayvanlar aslında başka ülkelerden ithal edilmiştir. Eğer böyle bir hayvan toteminiz olarak hayatınıza girerse, bu, o bölge veya zamanla ilgili geçmiş yaşam bağlantılarını yansıtabilir. Örneğin, yalıçapkını antik Yunanistan ve Halcyone efsanesiyle mitolojik bir bağlantıya sahiptir. Eğer bu sizin toteminizse, bu, Yunanistan'daki bu zaman ve yerle ilgili geçmiş yaşam bağlantılarını veya hatta hayatınızdaki mevcut olayların ve durumların bu bölgeyle eski bağları olduğunu yansıtabilir.)

• En sık ne zaman görülür? (Günün hangi saatinde en görünür ve aktif olduğu, enerjilerinin ne zaman daha aktif hale geleceğini ve kendi hayatınızda nasıl deneyimleneceğini gösterir.)

• Ne tür sesler çıkarıyor? (Seslerin ne zaman ve nasıl çıkarıldığı, bu totem'in enerjisi hakkında çok şey yansıtabilir.)

Ses, enerjinin bir ifadesidir. Bir karganın sürekli "gak"laması anlamlıdır.

• En sevdiği yiyecek nedir? (Unutmayın, avcı ve av arasında her zaman bir denge vardır. Başlıca besin kaynağı genellikle bir totem de olacaktır.)

• Ne zaman ürer? (Genellikle üreme zamanı, arketipsel enerjilerinin en güçlü, verimli ve tanınabilir olduğu zamanı da yansıtır.)

• Hangi ortamda yaşıyor? (Yaşadığı ortamın türünün, hayatınıza giren enerji hakkında çok şey ortaya koyacağını unutmayın. Ormanlık mı? Bataklık mı? Açık alanlar mı? Tam olarak nerede yaşıyor?)

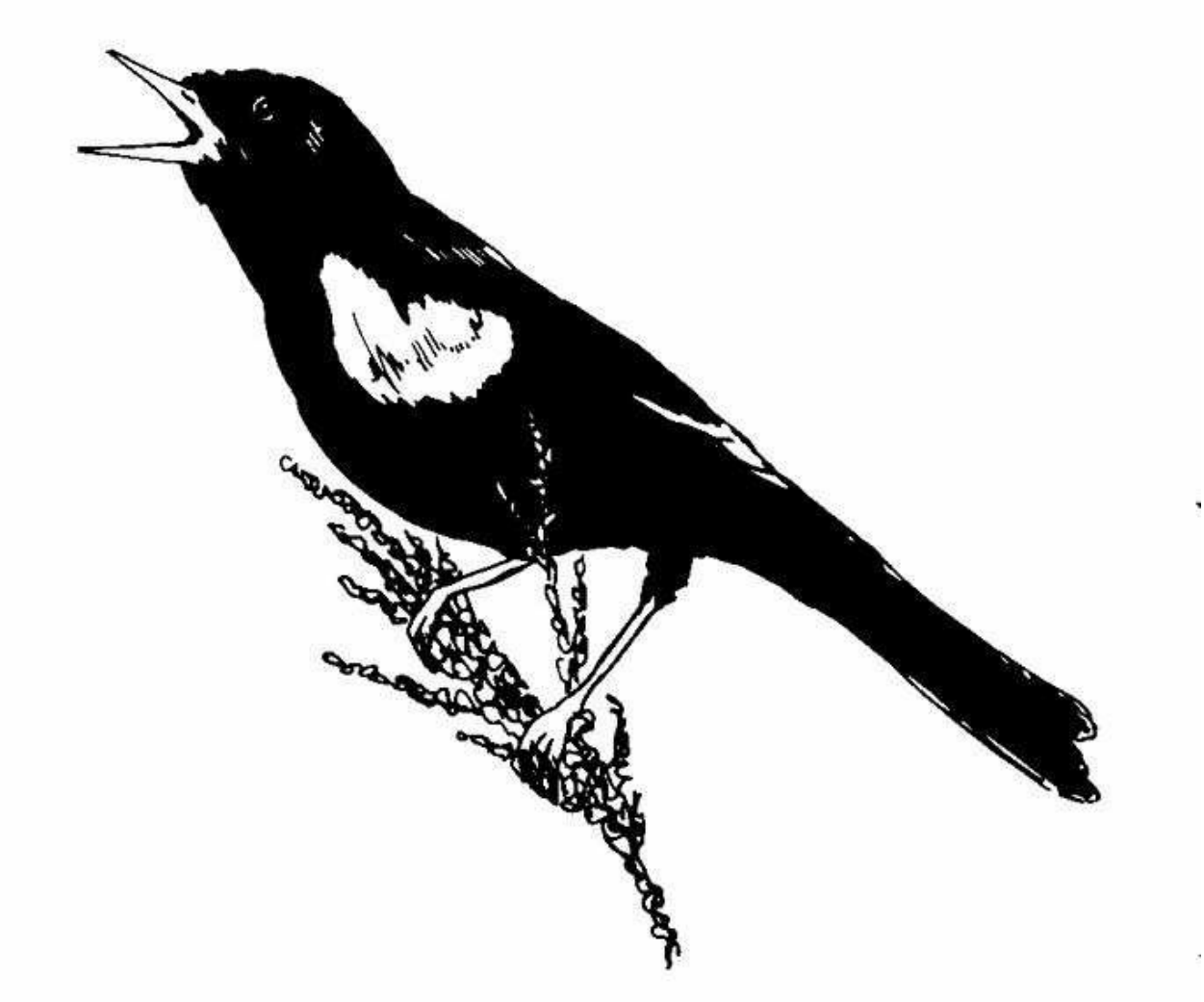
Aşağıdaki sözlük başlamanıza yardımcı olacaktır. Hiçbir şekilde eksiksiz değildir. Sadece totemlerinizle ilişkili enerji ve gücü anlamaya başlamanız için bir başlangıç noktası sağlayacaktır. Eğer onlarla ilgili mitler varsa, bunları da incelemenizi şiddetle tavsiye ederim. Mitler ve öyküler uzun zamandır manevi içgörü kaynağı olmuştur ve totemlerin manevi önemini anlamanıza yardımcı olabilirler.

Ana tema ve güç döngüsü birer kılavuz niteliğindedir. Ana tema, kendi çalışmalarım ve gözlemlerime dayanarak kuşun enerjilerinin bir sentezidir. Güç döngüsü ise çeşitli olasılıkları yansıtır. Yılın, ayın veya günün hangi zamanında en aktif olduğunu gösterebilir veya çiftleşme mevsimine bağlı olarak en verimli zamanını yansıtabilir. Kendi daha derinlemesine çalışmalarınızda, başka zamanların daha verimli ve güçlü olduğunu

keşfedebilirsiniz. Bunları kullanın. Unutmayın ki bunlar sadece başlangıç için birer kılavuzdur.

Bu liste de eksiksiz değildir. Bu metinde listelenenden çok daha fazla kuş ve tür varyasyonu vardır, ancak bu size kendi toteminizin anlamını nasıl okumaya başlayacağınızı gösterecektir. Bazı kuşlar genel olarak, ortak başlıklar altında gruplandırılmıştır. Örneğin, tüm sinek kuşu türleri "Sinek Kuşları" başlığı altında listelenmiştir ve açıklama, hepsinin sergilediği genel özelliklere dayanmaktadır.

**KARAKUŞ**



*AÇILIŞ KONUŞMASI: Doğa Ana'nın Enerjilerini Anlamak*

GÜÇ DÖNGÜSÜ: *Yaz*

Karatavuk, uzun zamandır kehanetler ve mistisizmle ilişkilendirilmiştir. Sadece rengi bile hem korku hem de umut uyandırmıştır. Karatavuk olarak adlandırılsa da, yalnızca erkekleri siyahtır. Dişilerin tüyleri genellikle çizgili, kahverengidir.

Tüm karatavuklar siyah değildir. Bir türünün sarı başı ve boğazı, siyah tüylerine karşı belirgin bir şekilde öne çıkar. Sarı ve siyah renk uzun zamandır Başmelek Auriel ile ilişkilendirilmiştir. Auriel, sonsuzluğu görebilen gözleriyle meleklerin en konuşkan olanı olarak kabul edilir. Bu varlık, tüm doğayı ve tüm doğa ruhlarını gözetir. Auriel geleneksel olarak yaz mevsimiyle ilişkilendirilmiştir.

Karatavuk kuşunun bir başka varyasyonu da kırmızı kanatlı karatavuktur. Bu kuşun kanatlarında kırmızı bir çizgi ve ayrıca sarı bir şerit bulunur.

Bu renkler, bu kuşu Kabalistik Yaşam Ağacı'ndaki Binah olarak bilinen seviyeyle ilişkilendirir. Bu seviye, Karanlık Ana ve ilkel dişil enerjilerle ilişkilidir. Bu kuş, doğanın tüm yaratıcı güçleriyle bağlantılıdır.

Hayat Ağacı'nda siyah, Binah'ı, kırmızı ise Geburah'ı (Mars tipi enerji) temsil eder. Sarı veya kehribar rengi, ikisini birbirine bağlayan yolun rengidir ve bu yol, zodyakın ana burcu olan Yengeç'in yoludur. Bu nedenle, kırmızı kanatlı kara kuş, Yengeç'in yıldızsal enerjileriyle ilişkilendirilen bir totemdir.

Erkek kızıl kanatlı karatavuk kış boyunca parlaklığını kaybeder. Bu, yazın bu kuşu totem olarak benimseyenler için canlılık ve enerji zamanı olduğunu yansıtır. Kışın, yeni enerji ve enerji ifadelerini gelecek yaz ortaya

çıkarabilmek için yaşamın büyük rahmine geri dönmek için kullanılması gerektiğine işaret eder.

Karatavuklar bataklıklarda, sulak alanlarda ve alçak çalılıklarda, genellikle sudan sadece birkaç metre uzakta yuva yaparlar. Bu da yine suyla olan bağlarını yansıtır; su, dişil gücün ve doğanın kadim bir sembolüdür. Sıklıkla kediotu bitkisini tünek olarak kullanırlar. Kediotunun bitkisel nitelikleri ve özelliklerinin incelenmesi de daha fazla bilgi sağlayacaktır.

Karatavuklar, kendi bölgelerini şiddetle sahiplenmeleriyle bilinirler ve genellikle yakındaki diğer türdeşlerini kovarlar. Bu nedenle, iki karatavuğun birlikte oturması genellikle iyi bir alamet olarak kabul edilir. Avrupa'da karatavuklar Aziz Kevin ile ilişkilendirilmiştir ve bir hikaye onların onun elinde yuva yaptığını anlatır. Yine bu ilişki nedeniyle, çevrenizde karatavukların yuva yapması genellikle hayırlı bir işarettir. Aziz Kevin, son derece nazik ve sevgi dolu bir kişi olarak bilinirdi.

Avrupalılar, çocuk tekerlemesinde de anlatıldığı gibi, böğürtlenleri turta içinde yerlerdi. Ancak çoğu zaman, canlı böğürtlenler, toplantılarda eğlence sağlamak için boş turta raflarına saklanırdı. Eğer böğürtlen hayatınıza bir totem olarak girdiyse, doğanın güçleri hayatınıza göç etmeye başladıkça yeni sürprizlere ve yeni bir anlayışa açık olacaksınız.

**MAVİ KUŞ**

*AÇILIŞ KONUŞMASI: Alçakgönüllülük, Gösterişsiz Özgüven ve Mutluluk*

*ENERJİ DÖNGÜSÜ: Kış ve Yaz (mevsimlerin değişimi)*

Mavi kuş, Kuzey Amerika'ya özgü bir kuştur. Bir zamanlar yaygın olan bu kuş, günümüzde oldukça nadirdir. Bu durum, mutluluk ve tatmin için doğduğumuzu, ancak bazen hayatımızın günlük olaylarına o kadar kapılıp gittiğimizi ve mutluluğumuzun ve tatminimizin nadir göründüğünü

hatırlatır. Mavi kuşlar bir totem olarak ortaya çıktığında, öncelikle kendinize zaman ayırıp keyif almanız gerektiğini hatırlatmalıdır.

Mavi kuşlar, ardıç kuşu ailesinin bir parçasıdır ve mavi kuş hakkında daha fazla bilgi edinmek için ardıç kuşları hakkında okumak isteyebilirsiniz. Erkekler tamamen mavidir, dişiler ise sadece kanatlarında mavi renktedir. Bazen göğüslerinde sıcak kırmızımsı tonlar da bulunur. Renklere ve bulundukları yerlere dikkat edin. Bu size bazı bilgiler verecektir.

Çerokiler için mavi, Kuzey'in rengidir; birçok büyülü gelenekte ise Doğu'nun rengidir. Birçok Yahudi dua şalının kenarları genellikle mavi renkteydi. Mavi, boğaz çakrası ve yaratıcı ifadeyle ilişkilendirilir. Mavi semboliktir, bu yüzden kendinize mavi rengin sizin için kişisel olarak ne anlama geldiğini sorun. Mavi kuşun mutluluğun sembolü olması fikri oldukça yenidir. Bu kavram, diğer zamanlara göre bu yüzyılda daha fazla gelişmiştir. Keşfedebildiğim kadarıyla, mavi kuş Hint mitlerinde veya masallarında önemli bir rol oynamamıştır.

Bu kuşun her zaman hüzünlü bir şarkısı ve mütevazı, gösterişsiz bir görünümü vardır. Tünediğinde omuzları kamburlaşır, sanki dalmaya hazır gibi bir izlenim verir. Bu, çok çalışmaya ve çok eğlenmeye duyulan ihtiyacın sembolü olabilir. Çok fazla sorumluluk üstlenmeye mi çalışıyorsunuz?

Pueblo halkı için mavi kuşlar kış kuşları olarak kabul edilir çünkü bu mevsimde kar ve soğukla birlikte ovalara inerler.

Pueblo halkının batıdaki yerleşim bölgesinde kıştan yaza geçiş oldukça çarpıcıdır. Bu, aşırı soğuktan yaz sıcağına geçiş anlamına gelir.

Bu, bir geçişin, varoluşun başka bir düzeyine doğru hareketin sembolüdür. Özellikle, bir kızın kadına dönüşümüyle bağlantılıdır ve bu nedenle mavi kuş bazen ergenlik ritüelleriyle de ilişkilendirilir. 20 Bu, elbette, insan

doğurganlığı ve kendi benliğine kavuşmanın getirdiği yeni bir güven ve mutlulukla bağlantılıdır.

Diğer Pueblo ritüelleri, dua çubukları olarak mavi kuş tüylerinin kullanımına odaklanmıştı. Bu tüylerin kar ve buza karşı faydalı olduğuna ve yaz yağmur mevsimini getirdiğine inanılıyordu. Pueblo geleneğinde, bu tüyleri toprağın verimliliğiyle ilişkilendiren ritüeller de vardır.

Mavi kuşlar nazik ve saldırgan olmayan kuşlardır. Diğer kuşları itmez veya zorbalık yapmazlar, ancak tehdit edildiklerinde çok hırçın olurlar. Saksağanları ve hatta daha büyük kuşları bile uçurdukları bilinmektedir. Yuvalarının girişi genellikle güneye bakar; bu yön, içimizdeki çocuğu uyandırma yönüdür. Eğer hayatınıza bir mavi kuş girdiyse, kendinizin neşeli ve özünde doğal yönlerine dokunma fırsatları arayın.

Belki de iletişiminizi kaybettiğiniz kişiler.

**MAVİ SAKIN**

*AÇILIŞ KONUŞMASI: Gücün Doğru Kullanımı*

ENERJİ DÖNGÜSÜ: *Yıl boyu*

Mavi alakarga uzun zamandır zorba ve hırsız olarak düşünülmüştür ve bu eğilimlere sahip olsa da, onu olumlu yönde öne çıkaran başka nitelikleri de vardır. Alakargayı totem olarak görenler için, kendi gücünüzü doğru kullanma konusunda dersler içerebilir. Ayrıca, gücün size karşı kötüye kullanıldığı bir duruma düşmemeniz konusunda da dersler içerebilir.

"Sakarca" kelimesi, Toprak Ana ile bağlantılı olan Latince "gaia" veya "gaea" kelimesinden gelir. Yunan mitolojisinde, Toprak Ana (Gaea) ve Gök Baba (Uranus)'un birleşmesi, yaşam görünümüne sahip ilk yaratıkların ortaya çıkmasına neden olmuştur. Bu, saksağanın içsel gücü hakkında çok şey yansıtır. Gökyüzünü ve yeryüzünü birbirine bağlama, daha büyük bir güç için her ikisine de erişme yeteneğine sahiptir.

Mavi kanatlarında bulunan siyah ve beyaz işaretler de aynı yeteneği yansıtır. Gökyüzü (mavi), Cenneti (beyaz) ve yeryüzünü (siyah) birbirinden ayırır. Bu, her ikisi arasında hareket edebilen ve her iki seviyedeki temel enerjilere erişebilen bir totemdir. Saksağan bu doğuştan gelen yeteneğin farkındadır ve bu, kullanılabilecek daha yüksek bir bilgi olan mavi tepesinde yansıtılır.

Asıl sorun, her iki dünyada da gerçek bir usta olmak yerine, her ikisine de yüzeysel olarak yaklaşmak olacaktır. Totem kuşu olarak saksağan kuşunu benimseyenler genellikle muazzam bir yeteneğe sahiptir, ancak bu yetenek dağınık olabilir veya çoğu zaman idare etmek için gerekli olandan daha fazla geliştirilmez. Özellikle psişik ve metafizik alanlarda, totem kuşu olarak saksağan kuşunu benimseyen bireylerin yüzeysel olarak ilgilenmesi alışılmadık bir durum değildir. Birçok şey hakkında biraz bilgi sahibidirler ve bu bilgiyi bazen daha fazla şey bildikleri veya gerçek ustalar oldukları izlenimini vermek için kullanırlar.

Saksağanın parlak mavi tepesi, gerçek ustalığın tacını takmanın, hem fiziksel hem de ruhsal her şeyde özveri, sorumluluk ve kararlı gelişim gerektirdiğini her zaman hatırlatmalıdır. Mavi saksağan, her şeyi sonuna kadar götürmenin, bir şeye başlayıp sonra onu yarım bırakmamanın bir hatırlatıcısıdır.

Mavi alakarga, daha fazla beceriklilik ve uyum yeteneğinin ortaya çıkmak üzere olduğu bir dönemi yansıtır. Yeteneklerinizi geliştirmeniz ve

kullanmanız için bolca fırsatınız olacak. Alakarga genellikle göç etmez, tüm kış boyunca etrafta kalır, bu nedenle enerjinizi geliştirip yeni seviyelere ulaşmak için bolca zamanınız olacağını göreceksiniz. İhtiyacınız olduğu sürece yanınızda kalacak ve sizinle birlikte çalışacaktır.

Mavi alakarga aslında karga ailesinin bir üyesidir ve çoğu karga korkusuzdur. Kargalar ve alakargalar, baykuşları ve şahinleri rahatsız etmek ve uzaklaştırmak için bir araya gelirler. Alakarga korkusuzdur ve bu nedenle yeryüzünün en derin gizemleriyle ve gökyüzünün en büyükleriyle bağlantı kurmanıza yardımcı olabilir.

Mavi alakarga, keskin gözleri ve sesiyle mükemmel bir taklitçidir. Özellikle kızıl omuzlu şahinleri taklit etmede harika bir yeteneğe sahiptir. Eski zaman doğa bilimcileri, mavi alakarganın bu aktiviteden zevk aldığına inanıyorlardı. Ailesinin tüm üyelerinde olduğu gibi, bu zevk arama duygusu - çoğu zaman başkalarının pahasına- bir dengesizliği yansıtabilir. Bazen alakargalar, bu durum kendi hayatınızda meydana geldiğinde ortaya çıkarlar.

Mavi alakargalar, en az çabayla hayatta kalma konusunda muazzam bir yeteneğe sahiptir. Büyük bir yeteneği yansıtırlar, ancak bu yetenek geliştirilmeli ve doğru şekilde kullanılmalıdır. Eğer alakarga hayatınıza girdiyse, bu, içinizdeki doğuştan gelen asaleti geliştirmeye başlayabileceğiniz veya sadece tahtın sahte bir temsilcisi olabileceğiniz bir döneme girdiğinizi gösterir. Her şey size bağlı. Alakarganın hiçbir çekincesi yok. Size her iki yönü de öğretecektir.

**KANARYA**

*AÇILIŞ KONUŞMASI: Şarkının ve Sesin Gücü*

ENERJİ DÖNGÜSÜ: *Yıl boyu*

Kanarya Amerika'ya özgü bir kuş değildir. Aslen günümüzde Kanarya Adaları (Insulae Canariae) olarak adlandırdığımız bölgeden gelmektedir. İspinoz ailesinin bir üyesidir ve ispinoz ailesinin temel özelliklerinin de incelenmesi gerekir.

Başlangıçta kanaryalar mat, zeytin yeşili veya yeşilimsi sarı renkte olup siyah ve sarı çizgilerle bezeliydi, ancak yüzyıllar süren ıslah çalışmaları tamamen sarı kanarya türünü ortaya çıkardı. Bu ıslah çalışmaları aynı zamanda ötüş sesini de geliştirdi.

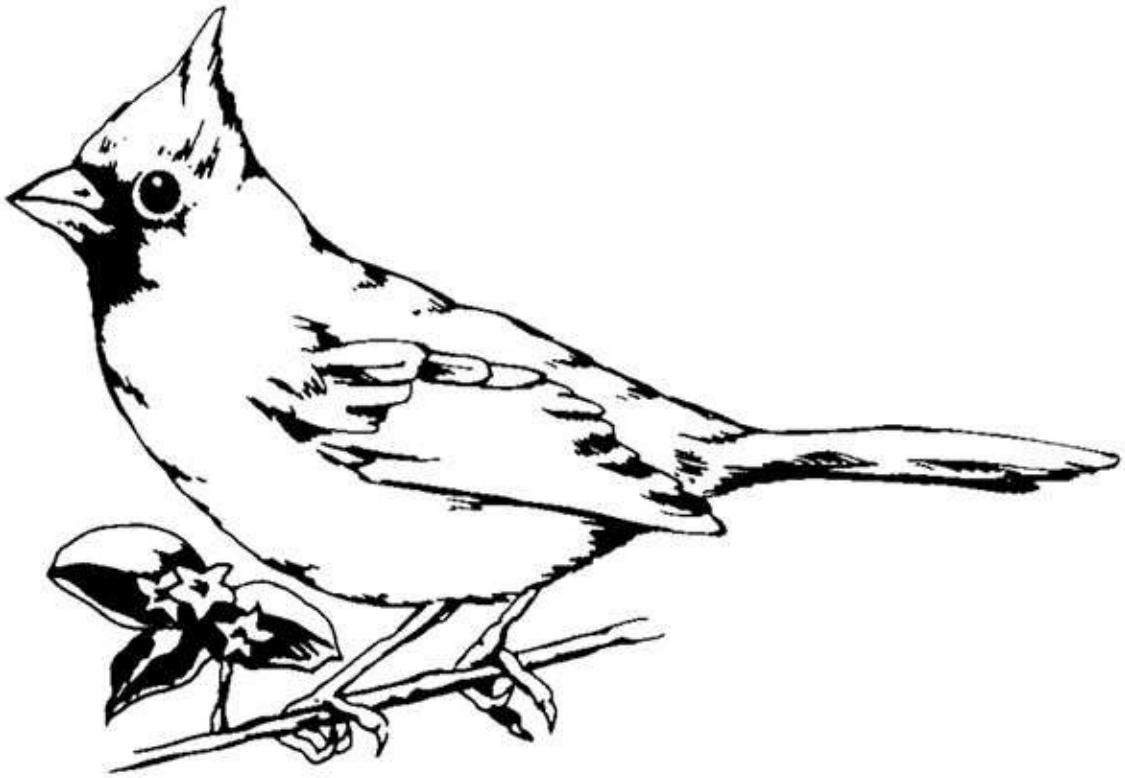
Almanya'da kanarya yetiştirme ve şarkı söyleme eğitimi verme merkezi vardı. Bu merkezde yer alanlar Hartz Dağı halkıydı. Bu, günümüzde birçok evcil hayvan ürünü, özellikle de kuş malzemeleri için en bilindik marka isimlerinden biridir. Bu durum, kanaryaları ve kanaryayı totem olarak benimseyenleri, Orta Çağ'da Avrupa'da var olan ozan kardeşlikleriyle ilişkilendirir.

Bunlardan biri Strasbourg Kraliyet Kardeşliği, diğeri ise 1288'de Viyanalı Aziz Nikolaos tarafından kurulmuştu. Almanya'da, özellikle Nürnberg'de bir meistersinger loncası vardı. Bu eğitim, sesin, müziğin ve vokal gücünün -fiziksel ve ruhsal- öğretilmesini amaçlıyordu. Bu, günümüzde bildiğimiz ozanlık geleneğinin bir parçasıydı. 21

Totem kuşu olarak kanaryayı benimseyenlerin bu toplulukla geçmiş yaşam bağlantıları olabilir. Ayrıca, sesin, müziğin ve sesin gizemleri hakkında daha fazla şey öğrenerek kendi hayatınızı ve başkalarının hayatını iyileştirip kutsayacağınızı da yansıtabilir.

Kendi sesinizin gücü uyanacak. Bu, mutlaka müzik eğitimi almış olmanız anlamına gelmez. İster konuşulan ister söylenen olsun, ses evrendeki en güçlü güçlerden biridir. Onunla iyileştirebilir, aydınlatabilir, heyecanlandırabilir, uyarabilir, sezgilerinizi uyandırabilir ve neşeyi tezahür

ettirebilirsiniz. Kanarya totem olarak ortaya çıktığında, kendinize hangi şarkıyı söylediğinizi sormanın zamanı gelmiştir. Hayatınızda yankılanan uyumsuz notalar var mı? Nereden geliyorlar? Daha sevgiyle söylediğiniz şeylerin daha sevgiyle hissedileceğini, daha sert söylediğiniz şeylerin ise daha derinden etkileyeceğini görebilirsiniz. Kanarya uyandırdıkça, söylediklerinizin etkisi çok daha büyük olacaktır.



Sesin, müziğin ve sesin gücü sizde.

Kanarya burcu genellikle vücudun boğaz ve kalp merkezlerinin uyanışını ve uyarılmasını yansıtır. Bu, duyguları hissetme ve ifade etme yeteneğinde artış sağlar. Sesinizi kullanarak başkalarının hayatına güneş ışığı getirmeyi öğrenmek de bu sürecin bir parçası olacaktır.

Eskiden kömür madenlerine gazları tespit etmek için kanaryalar götürülürdü. O kadar hassastılar ki, gaz varsa kısa sürede ölürlerdi. Bu da yine, boğaz ve kalp merkezlerinin veya vücudun çakralarının artan

hassasiyetiyle olan bağlantıyı yansıtır. Ayrıca, sözlerinizle yarattığınız atmosfere ve başkalarında kendinizi maruz bıraktığınız şeylere dikkat etmeniz gerektiğini de yansıtabilir.

Kanaryanın ötüşü için temiz hava şarttır ve bu sizin için de giderek daha önemli hale gelecektir. Kendinizi maruz bıraktığınız ortamlara dikkat edin. Zaman ve pratikle hayatınızın yeni tonlar kazanmaya başladığını ve olumsuz notaların ortadan kalktığını göreceksiniz.

**KARDİNAL**

*AÇILIŞ KONUŞMASI: Öz Önemini Tanıyarak Yenilenen Canlılık*

*ENERJİ DÖNGÜSÜ: Yıl boyunca (genellikle 12 saatlik, günlük, aylık, yıllık bir ritimle)* ***Kardinal***

Kardinalin varlığı, canlılığımızı yenileme zamanını yansıtıyor. Kendi gerçek öz önemimizin yeni bir anlayışını geliştirme ve kabul etme konusunda dersler içeriyor.

Çoğu insan bu kızıl kuşları tanımakta zorlanmaz. Ayrıca ispinoz ailesinin bir parçasıdırlar ve ispinozlar hakkında genel bir çalışma, bu toteme sahip olanlar için faydalıdır. Diğer birçok kuşun aksine, genellikle yıl boyunca bölgede yaşarlar ve etkilerine ve onlarla ilişkili arketipsel enerjilere yıl boyunca erişilebilir. Bize, günün veya yılın hangi zamanı olursa olsun, her zaman kendi canlılığımızı yenileme ve kendi yaşam rollerimizin önemini kavrama fırsatımız olduğunu hatırlatırlar.

Kardinalin yüksek ve net bir ıslığı vardır. Islıklar genellikle dikkatlice dinlememiz, rüzgarda ne estiğine dikkat etmemiz gerektiğini hatırlatır. Kardinalin durumunda, dişi de ıslığa katılır ki bu kuşlar arasında alışılmadık bir durumdur. Bu, kendi sağlığımız ve esenliğimiz için iç sesimizi (dişil yönü) daha yakından dinlememiz gerektiğini yansıtır. Çoğu dişi kuş

genellikle sessiz ve kamufle olduğundan, bir kardinal totemi neredeyse her zaman yaratıcılığın ve sezginin dişil yönlerini daha güçlü bir şekilde ortaya koyma ihtiyacını yansıtır.

Kardinal kuşlarının hepsi faydalı ve dost canlısıdır. Birçok yabani ot tohumunu ve zararlı böceği yerler. On yedi yıllık çekirge (ağustos böceği) bunlardan biridir. Kardinal kuşları, beslenmenize daha dikkat etmeniz gerektiğine, yediğiniz şeylerin kendinize zarar verebileceğine ve genel canlılığınızı etkileyebileceğine dair bir işaret olabilir.

Kardinal kuşları üç ila dört yumurta bırakır ve yumurtalar yaklaşık on iki günde çatlar. Bu durum, kuşun 12 ay boyunca aynı yerde yaşamasıyla birlikte, kendi hayatınızda daha belirgin hale gelecek olan on iki sayısının ritmini yansıtır.

Erkek kardinal iyi bir ebeveyndir ve genellikle yumurta kuluçkalama görevini dişiyle paylaşır. Ancak erkek, dişi yuvadayken onu ve yavru kardinalleri her zaman besler. Erkek normalde daha parlak renklere sahip olsa da, kuluçkalama görevini paylaştığında, kamuflaj amacıyla renkleri dişininkine çok benzer kalır. Bu durum genellikle sorumlulukla ilgili dersleri ve eldeki görevin öneminin farkına varılmasını yansıtır.

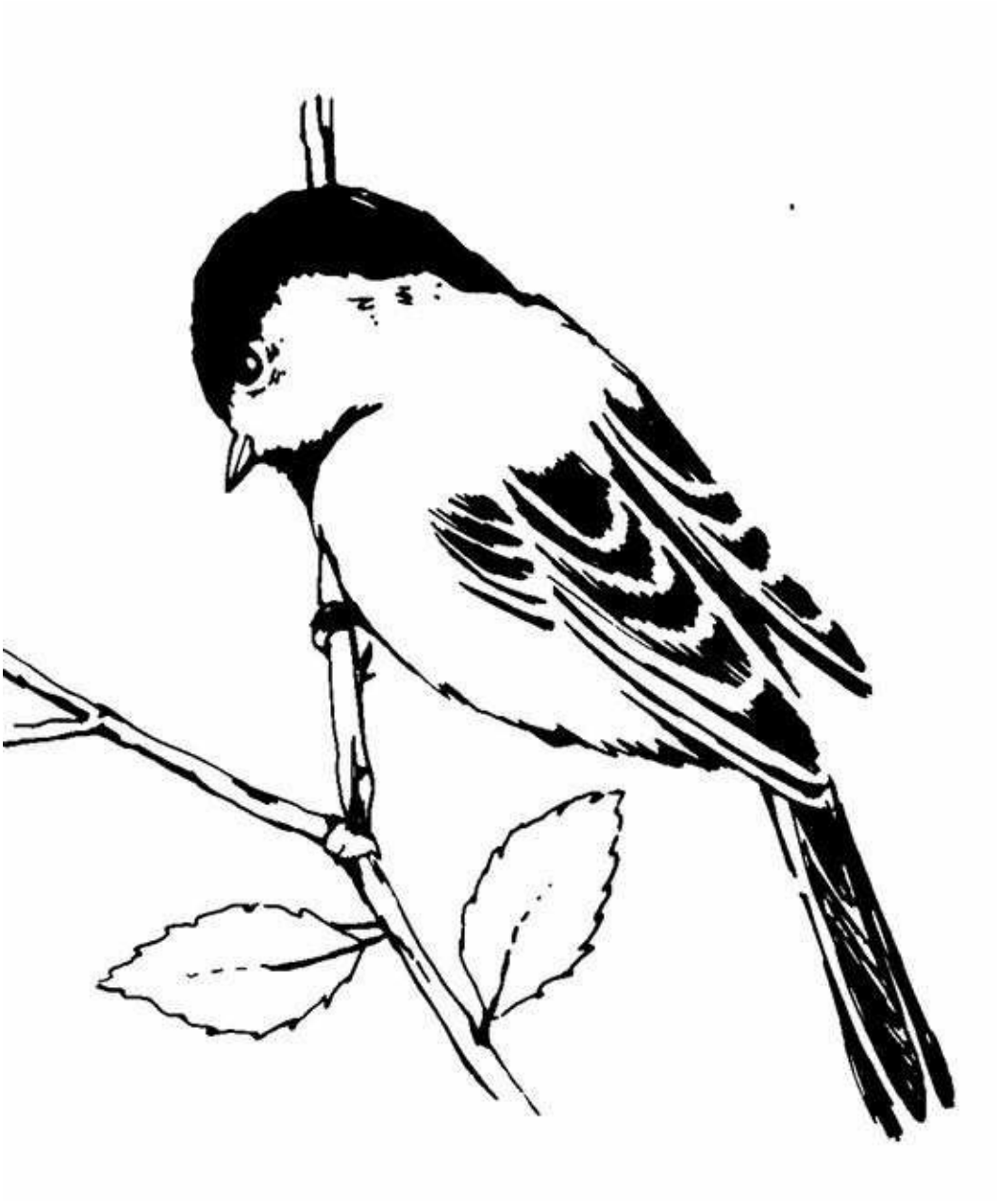
Erkeklerin başları genellikle parlak renklidir, ancak sırt ve kanatlarındaki renkler genellikle daha soluktur. Parlak renkli tepe, rakiplere bir uyarı niteliğindedir, daha soluk renkler ise onu korumaya yardımcı olur.

Bu kuşlar, parlak kırmızı cübbeleriyle Roma Katolik Kilisesi'nin kardinallerinden adını almıştır. Eğer bu sizin totem kuşunuzsa, bu, geçmiş yaşamınızda kiliseyle olan bağlantılarınızı veya mezhep ayrımı gözetmeksizin daha geleneksel dini inançların yeniden canlanmasını yansıtabilir.

Kardinaller çevreyi aydınlatır. Göz alıcıdırlar ve hayatımıza renk katarlar. Totem olarak göründüklerinde, bize onlar gibi olmamız gerektiğini hatırlatmak için bunu yaparlar. Hayatınıza renk katın ve yaptığınız her şeyin önemli olduğunu unutmayın.

**KEDİ KUŞU**

*AÇILIŞ KONUŞMASI: Dil ve İletişim*



*ENERJİ DÖNGÜSÜ: İlkbahar ve Yaz Başları*

Siyah başlıklı, koyu arduvaz grisi bu kuş, çıkardığı kediye benzer ses nedeniyle bu ismi almıştır. Bu kuş, çeşitli sesler çıkarabilen yetenekli ve yorulmak bilmeyen bir şarkıcıdır. Özellikle kediye benzer miyavlamasıyla bu alandaki yeteneği, yabancı dillere yatkınlığına işaret etmektedir.

Kedikuşu totem olarak görenler, yeni bir iletişim biçimi öğreneceklerini fark edeceklerdir. Bu, başka bir dil öğrenmekle ilgili olabilir, ancak taklitçi kuşların en etkili şekilde öğretebildiği şey genellikle yabancı dillere yatkınlıktır. Kedikuşu, insanları daha kolay okuyabilme yeteneğini yansıtıyor da olabilir.

Kedikuşu biraz meraklı bir kuştur. Varlığı, ne söylediğinize ve kime söylediğinize ekstra dikkat etmeniz gerektiği konusunda sizi uyarmalıdır. Olayların kamuoyuna açıklanma veya çarpıtılma potansiyeli daha yüksek olacaktır. Varlığı, başkalarının sizin işlerinize aşırı meraklı olduğunu veya sizin başkalarının işlerine aşırı meraklı olduğunuzu ima edebilir. Kedikuşu genellikle mevsiminde iki yavru üretir. Ayrıca göçmen bir kuştur. Varlığı, çevrenizde bulunduğu süre boyunca hayatınızda kısa ama çok verimli bir döneme işaret edebilir.

Totem olarak kedi kuşu bulunması, normalde temas kurduğunuzdan daha geniş bir insan yelpazesiyle karşılaşacağınızın göstergesidir.

Kedi kuşu genellikle insanların ve evlerinin yakınlarında yaşar. Kedi kuşunu totem olarak kabul ederseniz, hayatınıza giren yeni insanlardan iletişim yeteneğiniz konusunda dersler alacağınızı göreceksiniz.

**TAVUK**

*AÇILIŞ KONUŞMASI: Neşeli ve Dürüst İfade*

GÜÇ DÖNGÜSÜ: *İlkbahar*

Sinekkuşu, baştankara ailesinin bir parçasıdır. "Baştankara", 14. yüzyıldan kalma, küçük her şey için kullanılan halk arasında yaygın bir İngilizce isimdir.

Sinekkuşu adındaki "fare" kısmı, aynı dönemde küçük, soluk renkli kuşların tümüne verilen genel bir isim olan "mose"den gelir. Neşeli ötüşüyle bilinir ve birçok insan için çiftleşme şarkısı baharın ilk gerçek işaretidir.

Sinekkuşunun genellikle başında siyah bir şapka bulunur. Birçok kuşta şapka vardır ve bunun büyük bir önemi vardır.

Başla ilişkilendirilen her şey, düşünme süreci, üst zihin ve üst algılarla ilgilidir. Siyah, gizem, dişil enerji ve yaşamın büyük rahmi ile ilişkilendirilir. Şapkasının rengine gelince, bu kuş zihnin gizemlerini ortaya çıkarmada size yardımcı olabileceğini yansıtır. Anlayışı ve daha yüksek gerçeği uyandırabilir. Karanlıkta daha net algılamanıza yardımcı olabilir.

Çeroki Kızılderilileri için baştankara kuşu gerçeğin kuşudur. Gerçeği ve bilgiyi belirlememize yardımcı olur. Bir hikaye, tüm kabileyi terörize eden Mızrak Parmaklı adında bir cadıdan bahseder. Geçen herkesi öldürmek için saklanarak beklerdi. Öldürdükten sonra, mızrak parmağıyla kişinin karaciğerini bıçaklayıp yerdi. Çoğunlukla taştan oluştuğu için hiçbir şey cadıyı durduramazdı.

Ardından bir baştankara onun üzerine kondu ve kabile savaşçılarına onun nerede savunmasız olduğunu gösterdi.

Sinek kuşları genellikle gruplar halinde seyahat ederler, bu da onların neşeli ve sosyal yapılarını yansıtır. Bu kadar küçük bir kuş için oldukça cesurdur ve kendisini tehdit edebilecek daha büyük kuşlarla mücadele etmekten çekinmez.

Yedi çeşit baştankara vardır ve bu, bu totem sahibi olanlar için son derece önemlidir. Yedi sayısı, dünya çapında kadim bir mistisizmle ilişkilendirilmiştir. Kutsal bir sayıdır. Antik üçgen (3) kare (4) üzerindeki imgede tasvir edildiği gibi, bireyin maddi yaşam düzleminden yükselişinin sembolüdür. Yedi güç ışını, yedi ana gezegen, insan vücudunun yedi bedeni ve yedi çakra merkezi ile ilişkilidir.

Bu son benzerlik, en güçlü şekilde baştankara kuşuyla yansıtılır. İnsanların yedi çakrası veya enerji merkezi dengelendiğinde, çevremizdeki dünyada gerçeğin daha büyük bir farkındalığı ortaya çıkar. Ayrıca, gerçeği hayatımızda daha neşeli bir şekilde ifade etmemizi sağlar. Bazı insanlar, "Gerçek acıtır" der. Baştankara kuşunu totem olarak benimseyenler, gerçeği iyileştirici, dengeleyici ve algıları açıcı bir şekilde ifade etmeyi öğrenirler. Gerçek, kendi hayatınıza ve başkalarının hayatına neşe ve mutluluk katacak şekilde paylaşılır.

**TAVUK**

*AÇILIŞ KONUŞMASI: Doğurganlık ve Fedakarlık*

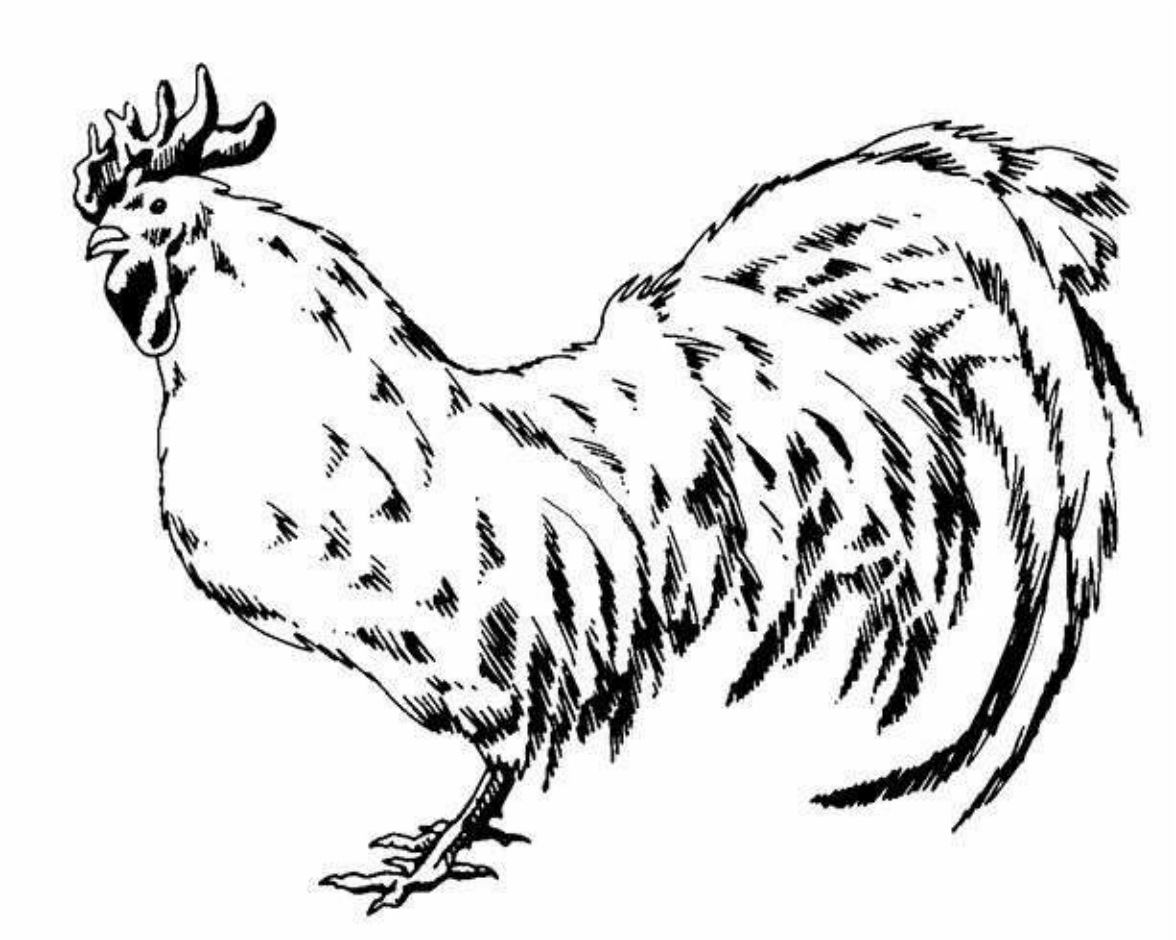
*GÜÇ DÖNGÜSÜ: Yıl Boyunca, Şafak Vakti*

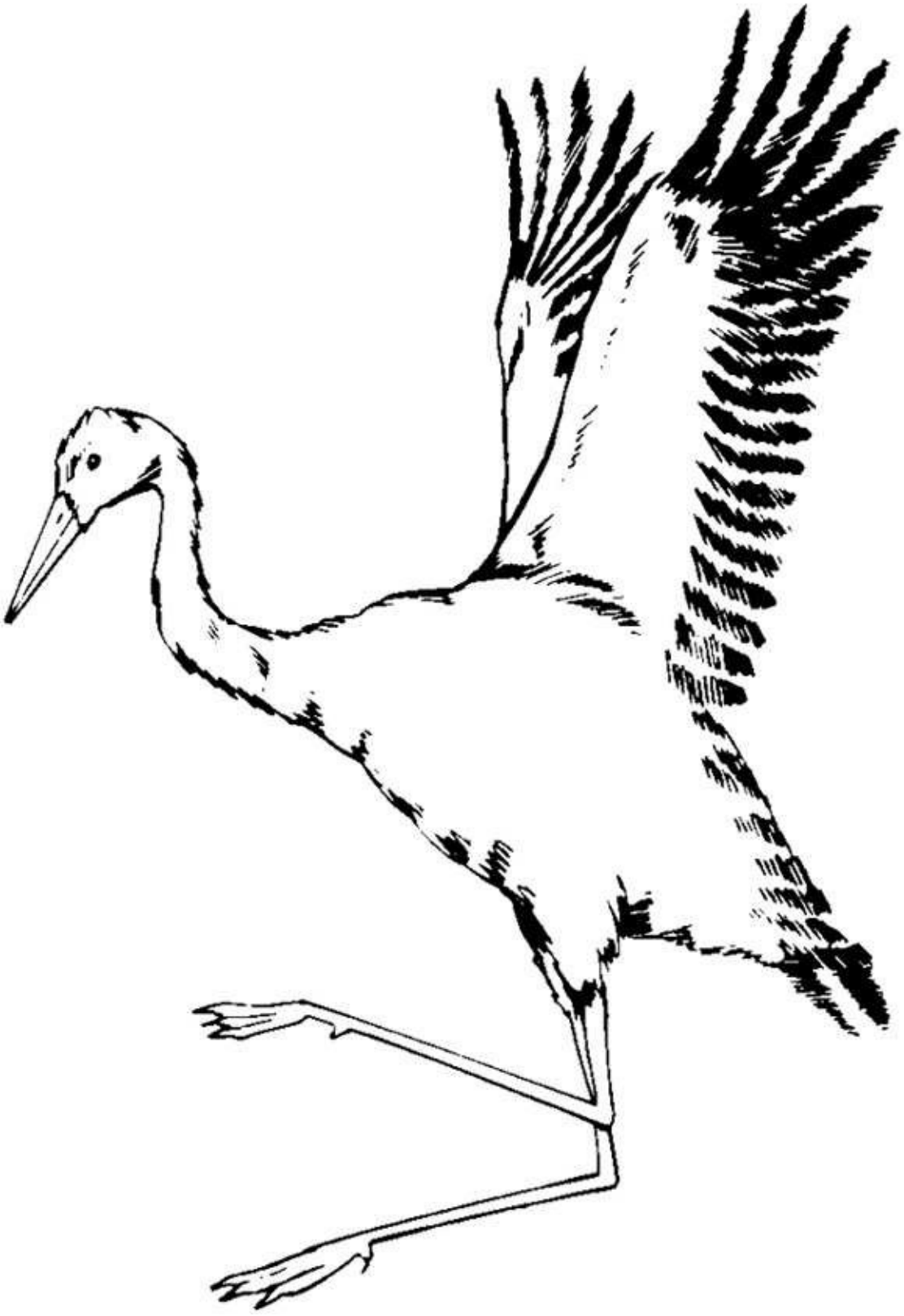
Tavuk, evcilleştirilen ilk kuşlardan biridir ve evcil bir kuş olmasına rağmen, hâlâ büyük bir sembolizm ve öneme sahiptir. "Tavuk" kelimesi, genç evcil bir kümes hayvanını ifade eden Anglo-Saksonca "cicen" kelimesinden gelir. Sülünlerin veya galiformes'lerin (kümes hayvanı şeklindeki kuşlar) soyundan gelir. Yabani sülünlerin önemini incelemek, daha da fazla bilgi sağlayabilir.

Yumurta bırakma yetenekleri nedeniyle tavuklar her zaman doğurganlıkla ilişkilendirilmiştir. Tavuk tüyleri, cinsel aktivitenin başlıca yeri olan yatakların doldurulmasında kullanılmıştır. Ayrıca tarih boyunca kurban ayinlerinde yaygın olarak kullanılan bir hayvan olmuşlardır. Bu, ana

temasının sadece yarısını kısmen açıklıyor. Kurban, cinselliğin kadim gizemiyle bağlantılıdır. Döllenme sürecinde, dişi yumurtayı döllemek için erkek tohumu kurban edilir. Boşalma vücut dışında gerçekleştiği için, bir kurban eylemiyle benzerlik gösterir. Shakespeare döneminde bile bu yaygın bir bilgiydi. Oyunlarının çoğunda "ölmek" kelimesi, orgazm veya boşalmaya karşılık gelen argo, kelime oyununa dayalı çift anlamlı bir anlam taşıyordu. Bu, o dönemin sıradan halk izleyicileri tarafından biliniyordu.

Yumurta ve tavuk kullanımıyla ilgili çeşitli kehanet biçimleri vardı. Bir tavuğun çift sayıda yumurta yumurtlaması uğursuzluk olarak kabul edilirdi. Kutsal Cuma günü yumurtlayan yumurtalar, hayatın her alanında doğurganlığın güvencesiydi. Tanrılar, tavuklara tahıl atmak gibi basit bir eylemle çağrılırdı. Tavuklar iştahsızsa, bu tanrıların kızgın olduğunu gösterirdi.





**HOROZ**

*AÇILIŞ KONUŞMASI: Cinsellik, Uyanıklık ve Diriliş*

GÜÇ DÖNGÜSÜ: *Şafak Vakti*

Horozun uzun bir sembolizm geçmişi vardır. Başlıca sembolizmi cinsellikle ilgilidir, çünkü bir horoz bir tavuk sürüsünü dölleyebilir ve onlara hizmet edebilir. Sabahın erken saatlerinde ötmesi nedeniyle genellikle güneş sembolü olarak kabul edilir. Güneş her sabah yeniden doğar ve horoz bu dirilişi müjdeler. Aynı nedenle, geceleri serbestçe dolaşan ve gündüzleri bağlı olan hayaletlerin ve kötü ruhların düşmanı olarak kabul edilir. Dirilişle ilişkilendirilmesinin bir diğer nedeni ise, horozun İsa'nın doğumunu müjdelediği eski hikâyedir.

Horoz, kümesindeki tavuklarla olan faaliyetlerinde son derece tetikte ve uyanıktır. Çok hareketlidir, sık sık aralarında dolaşır ve birçok kişi bunun, öncelikle ruhsal şeylere dikkat etme konusunda uyanık olmanın bir hatırlatıcısı olduğuna inanır. Bu, İncil'de Petrus'un İsa'yı üç kez inkâr etmesinden sonra horozun ötmesiyle yansıtılmıştır. Bu ruhsal uyanıklık fikri, 4. yüzyılda, kıyamet günü geldiğinde bir horozun öteceğine dair inancın ortaya çıkmasıyla genişletilmiştir.

Bir horozun totem olarak kullanılması, erken Hristiyanlıkla ilişkilendirilen geçmiş yaşamları yansıtabilir veya daha da geriye, antik Yunan'a kadar uzanabilir. Yunan mitolojisinde horoz, Ares ve Afrodit arasındaki aşk hikayesiyle ilişkilendirilir. Bu hikayede Ares, Afrodit'i gözetmesi için Alektraon'u (horoz) görevlendirir. Ayrıca Samothrakya gizemlerinde Cadmilu'nun sembolüydü.

İlk gnostikler için horoz, tanrı Abraxas'ın önemli bir biçimiydi. Abraxas, yılan ayaklı, çevik horoz başlı bir tanrıydı; onda ışık ve karanlık hem birleşmiş hem de aşılmıştı.” 22 Horoz her zaman büyük bir güç ve gizem

totemi olacaktır. Eski geçmişle bağları ve gelecekteki kendi güçlerinize dair ipuçları vardır.

Horoz, geleneksel Çin astrolojisinde zodyakın on iki burcundan biridir. Coşku ve mizahın simgesidir.

Horozlar çok eksantrik ve renkli olarak kabul edilir, ancak hayata doğrudan bir yaklaşımları vardır. Eğer horoz sizin toteminizse, size aynı şeyi söylüyor olabilir veya size daha doğrudan olmayı öğretmek için ortaya çıkmış olabilir. Bir horoz yeni bir iyimserlik duygusu uyandırabilir ve kendi harika eksantrikliklerinizle barışmanıza yardımcı olabilir.

**Kovboy**

AÇILIŞ KONUŞMASI: Ebeveyn ve Çocuk İlişkileri

*ENERJİ DÖNGÜSÜ: Belirli Bir Dönem Yok*

Sığırcık kuşu, karatavukların en küçüklerinden biridir, ancak tamamen siyah değildir. Siyah gövdesi ve koyu kahverengi bir başı vardır. Bu renk kombinasyonu, kendimizi ayaklarımız yere basacak şekilde tutmamız ve sorumluluklarımızı yerine getirmemiz gerektiğini hatırlatabilir.

Sığırcık kuşu, yumurtalarını başka bir kuşun yuvasına bırakma alışkanlığı nedeniyle genellikle acımasız bir kuş olarak düşünülür. En sevdiği kurbanlar ötleğenler, serçeler ve kızılgerdanlardır. Daha sonra yuvadan ayrılır ve yumurtayı kuluçkaya yatırıp büyütmeyi yuvanın gerçek sahibine bırakır. Sığırcık yavrusu genellikle yuvadaki en büyük kuş olur ve kısa sürede diğerlerini gölgede bırakır; bu nedenle çoğu zaman tüm yavruların pahasına büyütülür.

Bu aktivite, bu totemle bağlantılı olanlar için büyük önem taşır. Çocukluktaki terk edilme sorunlarının çözüldüğü bir dönemi yansıtabilir.

Yeni ebeveynlik için yenilenmiş bir fırsatı da yansıtabilir. Sığırcık kuşunun görünmesi, çocuklarınızın hayatlarına çok fazla düşkünlük gösterdiğinizi veya çok fazla müdahale ettiğinizi de yansıtabilir. Ayrıca, yeterince ilgi göstermediğinizi veya gereken ilgiyi göstermediğinizi de yansıtabilir. Sığırcık kuşları size kendilerini gösteriyorsa, ebeveyn-çocuk ilişkilerinde dengeli sorumluluk ifadesini inceleyin.

Ayrıca, biyolojik ebeveynlerini aramaya başladıkları sıralarda sığırcık kuşlarının totem olarak ortaya çıktığı birçok evlat edinilmiş bireyle de karşılaştım. Sığırcık kuşları, evlat edinmeyle ilgili birçok sorunun çözülmesine yardımcı olabilir.

**VİNÇ**

*AÇILIŞ KONUŞMASI: Odaklanma Yoluyla Uzun Ömür ve Yaratıcılık*

*ENERJİ DÖNGÜSÜ: Yıl Boyunca - Gün Işığı Boyunca*

Turna kuşu, eski Çinliler için güçlü bir semboldü. Adalet ve uzun ömürlülüğün sembolü olup, birçok güneş sembolünden biridir. Turna kuşu bir su kuşudur ve bu nedenle kendi dişil enerjilerinizi nasıl ifade edeceğinizi öğrenmenize yardımcı olacak kuşlardan biridir.

Bu yüzyılın başlarından beri, büyük turna kuşu, yaban hayatını koruma hareketinin sembolü olmuştur. Bir dönem, aşırı avlanma nedeniyle neredeyse nesli tükenmişti. Eğer turna kuşu hayatınızda bir totem olarak yer aldıysa, bu, içinizde neredeyse yok olmuş olanı yeniden canlandırmak üzere olduğunuzu çok iyi yansıtıyor olabilir.

Turnaların fotoğraflarının çoğu yalnızca yetişkin kuşları gösterir. Bunun nedeni kısmen yavruların çok az olması ve ayrıca ebeveynlerin savunmasız yavrularını yetiştirirken son derece gizli davranmalarıdır. Bu, yeni bir

koruma duygusunu veya hatta doğurduğunuz veya doğurmak üzere olduğunuz yeni bir şeye ilişkin gizlilik ihtiyacını yansıtabilir.

Turna kuşu iki yumurta bırakmasına rağmen genellikle sadece birini büyütür; bu da özellikle çocuklarınızı yetiştirirken, ister gerçek çocuklarınız olsun ister özel projelerdeki gibi sembolik çocuklarınız olsun, dikkatinizi bölmemenin önemini yansıtır. Turnayı totem olarak benimseyen kadınların, çocuklarıyla evde kalmaları, başka bir yere gitmekten daha iyidir.

İş ve annelik arasında zamanlarını bölmek zorundalar. Eğer bu mümkün değilse, ki günümüz dünyasında bu sıkça karşılaşılan bir durumdur, turna kuşu size her ikisini de en iyi şekilde nasıl başarabileceğinizi öğretebilir.

Turna kuşu, geçmiş yaşam deneyimlerine dair olası ipuçları da sağlayabilir. “Çin'de 'Tüylü Kabilenin Patriği', Japonya'da ise 'Saygıdeğer Lord Turna' olarak bilinir. Oryantal sanatta genellikle güneş ve çam ağaçlarıyla birlikte tasvir edilir. Bunun tam tersine, Kelt mitolojisinde yeraltı dünyasının kralı için kutsaldır ve savaş ve ölümü müjdelemektedir.” 23

Bu kuşun en dikkat çekici özelliklerinden biri de yüksek sesli, uluyan sesidir. Etkileyici tonu, doğumun ilkel bir kutlamasını anımsatır. Turna, yaratıcı kaynaklarınızı nasıl kutlayacağınızı ve hangi koşullar altında ortaya çıkarlarsa çıksınlar, doğru odaklanmayı sağlayarak onları nasıl canlı tutacağınızı size öğretebilir.

**KARGA**

*AÇILIŞ KONUŞMASI: Yaratılışın Gizli Büyüsü Çağırıyor*

GÜÇ DÖNGÜSÜ: *Tüm Gün-Tüm Yıl*

Büyükbabam bir keresinde bana karganın tüm kuşların en zekisi olduğunu söylemişti. Dahası, en zeki kuş olduğunun farkındaydı ve bundan sonuna

kadar zevk alıyordu. Aslında o kadar zekiydi ki, evrimin başka bir alanına geçmek yerine karga olarak kalmayı tercih etmişti. Çoğu kuşu, hayvanı ve hatta bazen insanları bile alt etme konusunda eşsiz bir yeteneğe sahip ve kendilerine harika bir yaşam sürüyorlar. Cennette hizmet etmektense cehennemde hüküm sürmeyi daha iyi bulan bir varlık olarak düşünülebilir. Kargalar bunu çok iyi başarmış gibi görünüyor.

Kargalar bizi hem cezbeder hem de sinirlendirir. Onlar ve ailelerinin diğer üyesi kuzgun, büyük bir mistisizm ve mitolojiye sahiptir. Aslında beş karga türü vardır ve bunlardan biri kuzgundur. Aynı aileden oldukları için (tek gerçek fark boyutlarındadır), kargayı totem olarak benimseyenlerin kuzgunun özelliklerini ve mistik yönlerini de incelemeleri faydalı olacaktır.

Bu kuşun ilk dikkat çeken özelliği çarpıcı siyah rengidir. Bazen tüylerinde koyu mavi ve mor tonları da bulunur. Siyah, yaratılışın rengidir. Yeninin doğduğu rahimdir. Aynı zamanda gecenin rengidir. Siyah, annelik rengidir ve bu nedenle siyah gece yeni bir güne hayat verir. Karga gündüz kuşu olmasına rağmen, bize sihir ve yaratılışın gündüz boyunca çok canlı potansiyeller olduğunu hatırlatır. Karga, rengi nedeniyle ortaçağ simyasında yaygın bir semboldü. Maddenin başlangıç halini, şekillenmemiş ancak potansiyel dolu halini temsil eden "nigredo"yu simgeliyordu.

Roma mitolojisinde kuzgunlar ve kargalar kuğular kadar beyazdı. Hatta beyaz bir karga, Delfos'ta Apolo'nun hamile sevgilisini koruyordu. Bir gün karga Apolo'ya kötü bir haber getirdi ve siyaha dönüştü.

Bu uyanıklık bağı bugün de güçlü bir şekilde devam ediyor. Kargaların her zaman bir nöbetçisi vardır. Yuvalarını, yaşadıkları ve beslendikleri tüm alanı görebilecekleri şekilde ağaçların tepelerine kurarlar. Bazen kargaların kendi türlerinden birini avlayıp öldürdükleri görülmüştür. Avlanan karganın başarısız bir nöbetçi olduğuna dair eski bir inanış ortaya çıkmıştır. Bu aynı

zamanda, her gün sihir ve yaratımı gözlemlemezsek neler olabileceğine dair bir hatırlatma da olabilir.

Tetikte olma özelliği, diğer kargaları ve diğer hayvanları davetsiz misafirlerden ve tehditlerden (insan ve hayvan) haberdar eder. Avcılar etraftayken gürültü çıkardıkları, geyikleri ve diğer kuşları uyardıkları gözlemlenmiştir. Olası tehlikeleri tanırlar ve en savunmasız oldukları zaman olan beslenme zamanlarında her zaman gözcüler görevlendirirler. Bu uyarma yeteneği, karganın ikinci ve en dikkat çekici özelliği olan sesiyle bağlantılıdır. Karga, ses kutusu yapısı nedeniyle aslında ötücü kuş ailesinin bir üyesidir. Kargayı ötücü kuş olarak düşünen az kişi olsa da, yıllar boyunca yalnız kaldığında yumuşak, melodik bir sesle şarkı söylediğine dair birçok (kanıtlanmamış) iddia ortaya atılmıştır.

Kargaların karmaşık bir dili vardır. Olağanüstü bir ses aralığına sahiptirler, ancak aslında şarkı söylemezler. Birçok farklı şekilde ötebilirler ve her birinin kendine özgü bir anlamı vardır. Kargaların dilini anlamayı öğrenmek, pratik yaparak hepimizin yapabileceği bir şeydir. Dili olmasına rağmen, dilini herhangi bir ses çıkarmak için kullanmaz. Pliny bir keresinde, bir karganın dili ikiye ayrılırsa, insanlar gibi konuşmayı öğreneceğini yazmıştı. Bu elbette doğru değildi. Olacak tek şey, karganın kan kaybından ölmesidir. Karganın ötüşü bize, sihir ve yaratılışın her gün bize seslendiğini hatırlatmalıdır.

Büyük boynuzlu baykuş, muhtemelen karganın en ölümcül düşmanıdır. Bir baykuş karganın bulunduğu bölgeye girerse, karga baykuşa saldırır ve onu kovalar. Kargalar, baykuşun yuvalarını keşfetmesi durumunda gecenin ölüm getirebileceğini bilirler. Birçok karga, baykuşların sessiz gece avlarında hayatını kaybetmiştir.

Kargalar son derece zekidir. Çevrelerine uyum sağlayabilirler. Neredeyse her şeyi yerler. Hayatta kalmalarının bir nedeni de omnivor olmalarıdır.

Birbirleriyle iletişim kurma ve birlikte çalışma konusunda eşsiz bir yetenekleri vardır. Gözlem yetenekleri ve zekaları onlara hırsızlık konusunda bir ün kazandırmıştır. Diğer kuşlardan veya insan gıda kaynakları da dahil olmak üzere etraftaki herhangi bir kaynaktan yiyecek çalarlar.

Kargalar ve diğer karga türleri, sahiplerinin imajını kolayca benimserler. Kargaları evcil hayvan olarak besleyenler, onların son derece eğitilebilir olduklarını, sayma yeteneğine sahip olduklarını ve sahipleriyle karmaşık bir iletişim geliştirdiklerini görmüşlerdir. Oysa vahşi doğada, sürekli görülüp duyulmalarına rağmen, onlara yaklaşmak zordur. Yine de bunun, çoğu insanın hayatlarını yaratmak veya yeniden yaratmak için gerekli olan sihrin farkındalığının veya farkına varmasının azlığından kaynaklandığını düşünüyorum.

Kargaların kur yapma ve çiftleşme süreçleri de onların sihirle olan ilişkisini büyük ölçüde yansıtır. Erkek karga kendini olabildiğince yakışıklı hale getirmeye çalışır ve bu sırada sesi şarkı söyler gibi bir nitelik kazanır. (Aşk tüm dünyayı şarkı söyler.) Erkek ve dişi birlikte yuva yaparlar. Yuva, korunmak için yüksek bir yere inşa edilir ve çok temiz tutulur. Genç kargalar bile kendi yuvalarını kirletmezler. Bunun üzerine biraz düşünmek, sağlık, yuva ve saygı hakkında çok şey ortaya çıkaracaktır.

Kargaların zengin bir mitolojisi vardır. Bu, yalnızca geçmiş yaşamdaki zamanlara ve kültürlere olan bağlantıları yansıtmakla kalmaz, aynı zamanda bizimle bağlantı kurabileceği bazı arketipsel güçleri de yansıtır. Birçok hayvan gibi, kargaların da uçuş şekilleriyle kasırgaları, yağmuru ve diğer hava değişikliklerini tahmin ettikleri bilinmektedir. Kargalarla çalışmak, rüzgarların nasıl eseceğini görmenize yardımcı olabilir.

Hayatınıza nasıl bir rüzgar estirebileceğinizi ve kendi yaşam uçuşlarınızı nasıl ayarlayabileceğinizi anlatıyor. Kargalar uzun zamandır büyülü kabul

ediliyor ve büyükbabam bir keresinde bana ölü bir karga bulmanın bile iyi şans işareti olduğunu söylemişti.

Kargaların Yunan/Roma mitolojisiyle olan bağlantısından bahsettik, ancak başka mitolojilerde de yer almışlardır. Çin'de üç bacaklı bir güneş kargasına tapılırdı. Bu, yalnızlığın sembolüydü. Alaska'daki Athapaskan Kızılderilileri için karga (kuzgun biçiminde) dünyanın yaratıcısıydı. Keltler için de karga yaratılışla ilişkilendirilirdi. İncil'deki anlatılara göre, peygamber İlyas çölde saklanırken kargalar ve kuzgunlar tarafından beslenirdi. İskandinav geleneğinde, tanrı Odin'in habercileri olan iki kuzgunu vardı.

Kargaların olduğu her yerde sihir vardır. Onlar yaratılışın ve manevi gücün sembolleridir. Bize hayatın sihrini yaratmak ve tezahür ettirmek için fırsatlar aramayı hatırlatırlar. Onlar, dünyamızda her gün var olan ve bize sunulan yaratılış ve sihir hakkında bize seslenen habercilerdir.

**GUGUK KUŞU**

*AÇILIŞ KONUŞMASI: Yeni Bir Kaderin Müjdecisi*

GÜÇ DÖNGÜSÜ: *İlkbahar*

Avrupa dillerinin hepsinde bu kuşun adı, çıkardığı sesten dolayı seçilmiştir. "Kal" sesi, erkeğin bahar çiftleşme şarkısıdır. Göreceğiniz gibi, şarkısı her zaman yeni bir kaderin habercisi olarak kabul edilmiştir.

Öte yandan, bu şarkı size dinleme becerilerinizi geliştirmeniz gerektiğini de gösteriyor. Çevrenizdekiler tarafından söylenmeyen şeyler olacak ve eğer dinlerseniz bunları öğreneceksiniz. Söylenmeyenleri dinleyin. Duyma yeteneğinize güvenin.

Guguk kuşu, yol koşucusunun bir akrabasıdır ve kendi hayatınızla daha fazla bağlantı bulmak için onu incelemek isteyebilirsiniz. Hayatınıza giren guguk

kuşunun renklerini incelemek de, ortaya çıkmak üzere olan rolü veya yeni kaderi hakkında fikir verecektir. Genellikle en çok öne çıkan şey gagasının rengidir. Gaga genellikle sarı veya siyahtır. Bu, kendi iletişiminizin nasıl olması gerektiğini yansıtır. Eğer siyah gagalı bir guguk kuşu ise, ne söylediğiniz ve kime söylediğiniz konusunda ekstra dikkatli olmanız gerekebilir. Eğer sarı ise, yaklaşmakta olan bilgi paylaşım zamanını yansıtabilir.

Guguk kuşu artık kendi yuvasını yapmaz. Avrupa'da guguk kuşu, tıpkı sığırcık kuşu gibi, yumurtalarını diğer kuşların yuvalarına bırakır. Genellikle kendi yumurtalarının rengine uyan yumurtaların bulunduğu bir yuvayı seçer. Amerikan guguk kuşu bunu yapmaz. Ancak bir guguk kuşu ne zaman ortaya çıksa, bu evde veya ailede bir değişikliği yansıtır. O ortamda yeni bir şeyin habercisi olur.

Guguk kuşu, tüylü/kıllı tırtıla dokunan az sayıdaki kuştan biridir. Dış örtüsünden rahatsız olmaz. Bu totem sembolüne sahip olanlar için bu, daha önce özümseyemedikleri şeyleri özümseme yeteneğini geliştirme fırsatını yansıtır. Başkalarına karşı daha az hassasiyet ve yüzeyin altına inme yeteneğinin artmasını yansıtabilir. Dış görünüşten bağımsız olarak gerçek kişiyi deneyimleme fırsatlarını yansıtır.

Guguk kuşu, oldukça zararlı olan çadır tırtıllarını da yer. Bu nedenle, bizi kemiren şeylerden kurtulmanın ve yeni bir hayat deneyimlemenin getirdiği dersleri yansıtabilir. Hayatımızdaki olumsuzluklardan kurtulma zamanını, sembolik olarak da olsa yeni bir baharın habercisi olarak yansıtabilir.

Guguk kuşu yavaş ve temkinli bir kuştur. Zarifçe kıvrılmış gagası ve ayaklarında eşsiz bir parmak dizilimi vardır. Önde iki, arkada iki parmağı bulunur. Bu, denge ve istikrar sağlar. Bu özellikler birlikte, hızlı ve kolay olanı aramama ihtiyacını yansıtır. Yeni bir baharın doğuşunu, ancak enerjileriyle yavaş ve temkinli bir şekilde hareket etmeyi yansıtır. Guguk

kuşu, bize hayatın akışına ve tüm ritimlerinin kolayca ve zarif bir şekilde ortaya çıkmasına nasıl izin vereceğimizi öğretebilir. Büyümemizde nasıl acı çekmeyeceğimizi öğretir. Hayata yavaş ve temkinli bir şekilde yaklaşarak, her şey bizim için en faydalı zaman, yöntem ve araçlarla ortaya çıkar.

Guguk kuşu, uzun zamandır insanların hayatındaki yeni kader ve koşulların sembolü olmuştur. Eski inanışların çoğu, ötüşü ve duyulduğu zamana odaklanmıştır. İlkbaharın ilk ötüşü duyulduğunda yanınızda para bulundurmanın iyi şans getirdiğine inanılırdı. Birçok kişi hala ötüşü sırasında dilek tutmanın gerçekleşeceğine inanmaktadır. Ötüşünü ilk duyduğunuzda ne yapıyorsanız, iyi şans için yıl boyunca sık sık yapmalısınız. Ötüşü, bir aktivitenin size faydalı olacağının bir işareti olarak kabul edilirdi. Bekar insanlar için, ötüş veya nota sayısı genellikle kişinin evlenmeden geçireceği veya evlenmek için beklemesi gereken yıl sayısını gösterirdi.

Guguk kuşunun sesi sağdan gelirse iyi şans getirdiğine, soldan gelirse ise kötü kadere işaret ettiğine inanılırdı.

Bugün bile, özellikle Avrupa'da, birçok kişi yağmurun miktarını kalibre ederek doğru bir şekilde tahmin edebileceğine inanıyor. Bir zamanlar buna "yağmur kargası" bile deniyordu.

İsveç'te, guguk kuşunun duyulduğu yön, muhtemelen yaşanacak kaderi özel olarak yansıtırdı. Guguk kuşu kuzeyden duyulursa, üzüntüyü; doğudan duyulursa teselliyi; güneyden gelirse ölümü; batıdan gelirse iyi şansı simgelerdi.

Genellikle bir kuş veya hayvan hakkında bu kadar çok folklor ve mitoloji varsa, incelenmeye değerdir. Genellikle, tam olarak anlaşılmasa bile kesinlikle hissedilen dinamik arketipsel enerjileri yansıtır. Guguk kuşuyla çalışmak, onu ve şarkısını kullanarak hayatınıza gelecek yeni kaderi

anlamanıza yardımcı olabilir. Sezgisel heraldik yeteneğini öğretebilen bir kuştur.

**GÜVERCİNLER**

*AÇILIŞ KONUŞMASI: Barış, Annelik ve Kehanetin Dişil Enerjileri*

GÜÇ DÖNGÜSÜ: *Şafak ve Alacakaranlık*

Güvercinin etrafında muazzam bir efsane ve gelenek zenginliği vardır. Bunların çoğu geleneksel dişil ve anne sembolleri etrafında yoğunlaşır. Yunan geleneğinde Afrodit, bir güvercinin kuluçkaya yatırdığı bir yumurtadan doğmuştur. Büyük İskender'in aradığı Dodona Kehanetleri bir güvercin tarafından kurulmuştur. Slavlar için ruh, ölümde bir güvercine dönüşürdü. Simyacılar için ise yücelmenin sembolüydü.

Hristiyanlar için barışın sembolü iken, eski paganlar için yoni veya kadın cinsel organlarının sembolüydü.

Astarte ve İsis gibi tanrıçalar aracılığıyla dişi cinselliğiyle ilişkilendirilmiştir. Birçok tanrıçayla olan ilişkisi nedeniyle, annelik içgüdüsünün somutlaşmış hali olarak kabul edilmiştir. “Güvercin adı, kahinlere ve peygamberlere verilmiştir… Tanrı'nın elçisi olarak Ninova'ya gönderilen peygambere Yunus veya Güvercin denmiştir…” 24

Pueblo Kızılderilileri için de saygı duyulan bir kuştu. Tüyleri sıklıkla takılır ve dua çubuklarında kullanılırdı. Güvercinin hüzünlü şarkısı, suya bir çağrı ve suyun nerede bulunabileceğine dair bir işaret olarak kabul edilirdi. (Yine, suyla bağlantılı olarak anneliğin eski sembolünü görüyoruz.) Şarkısı, güvercinin akşam karanlığında içmek için geri dönmesi gereken su kaynaklarını veya pınarları işaret ederdi.

Güvercinin şarkısı, onu duyan herkese seslenir. Hüzünlü tınıları duyguları, içsel suları harekete geçirir. Çocukken yazları, başkaları kalkmadan önce uyanmayı çok severdim. Sabah güneşinin yumuşak ışınlarıyla kapıdan dışarı çıktığımı ve evin etrafını saran ormandan yas güvercininin tatlı-hüzünlü şarkısının geldiğini hatırlıyorum. Bu şarkı her zaman bir umut duygusu uyandırırdı.

Güvercin aslında nesli tükenmiş olan yolcu güvercininin daha küçük bir kopyasıdır. Özelliklerini incelemek, güvercinin kendi hayatınızdaki önemini anlamanıza yardımcı olacaktır.

Güvercin aynı zamanda yerde beslenen bir kuştur ve Toprak Ana ile teması ve yeryüzündeki dişil enerjilerin yaratıcı olanaklarını yansıtır. Beslenmesinin büyük kısmı tohumlardan oluşur, ancak sindirime yardımcı olması için taşlıkta biriken taşları da yer. Güvercini totem olarak benimseyenler, kendi sindirim ve yaratıcı süreçlerine yardımcı olması için bol miktarda yiyecek tüketmenin faydalı olduğunu göreceklerdir.

Güvercinin kuluçkası iki yumurtadan oluşur. İki, geleneksel olarak dişil ve yaratıcı enerjileri temsil eden bir sayıdır. Güvercinlere uygulanan numeroloji üzerine bir çalışma, size daha da fazla içgörü sağlayacaktır.

Güvercinin ötüşü en belirgin özelliğidir. Güvercinin sesi yağmurun şarkısıdır. Yasından yeni yaşam sularını çağırır. Şarkısı bize, yaşam koşullarımız ne olursa olsun, yeni suların ve yeni yaşamın hala mümkün olduğunu hatırlatmalıdır. Dünya dişi bir gezegendir ve bu bize yaratılışın ve yeni doğuşun hepimiz için mümkün olduğunu hatırlatmalıdır. Yas tutan güvercin bunu hatırlamamıza yardımcı olur.

Ötüşü gün boyunca duyulsa da, şafak ve alacakaranlıkta daha belirgin hale gelir. Bunlar "Ara Zamanlar"dır; fiziksel ve ruhsal, geçmiş ve gelecek

arasındaki perdelerin inceldiği zamanlardır. Güvercin, bu zamanları kendi yaşamınızda aktif olan yaratılış sürecini görmenize yardımcı olabilir.

Bu totem kuşunun şarkısı size geçmişe yas tutmanızı, ancak geleceğin vaadine uyanmanızı söyler. Kehanet kuşudur ve hayatınızda neleri doğurabileceğinizi görmenize yardımcı olabilir.

**Ördekler**

*ANA KONUŞMA: Duygusal Rahatlık ve Koruma*

*GÜÇ DÖNGÜSÜ: İlkbahar ve Yaz*

Ördek muhtemelen en yaygın su kuşudur. Suyla olan bağlantısı nedeniyle, dişil enerjilerle, astral düzlemle ve insanların duygusal durumuyla ilişkilendirilir. Su, yeryüzündeki tüm yaşam için gereklidir. Onsuz hiçbir şey yaşayamaz. Ördekler bize yaşam sularından içmeyi ve kendi duygusal doğamızı beslemeyi hatırlatabilir.

Tüm ördek türleri yüzer. Bazıları 30 metreye kadar derinliğe dalabilir. Diğerleri ise suyun altına dalıp beslenir; bu da bize duygularımızda da beslenme bulabileceğimizi hatırlatır. Orman ördeği hariç tüm ördekler suyun yakınında veya üzerinde yaşar. Karada pek hareket etmezler. Ördeği totem olarak benimseyenler için bu, hayatlarındaki çoğu insanla rahat hissetme yetersizliğini yansıtabilir. Kendi özlerinde ve yaşamın zihin ve ruhundaki insanlarla rahatlık bulma ihtiyacını yansıtabilir. Ördekler bize böyle bir fırsata sahip olacağımızı hatırlatabilir.

Ördekler diğer ülkelerde ve kültürlerde önemli roller oynamıştır ve bu, geçmiş yaşam bağlantılarını yansıtıyor olabilir. Mısırlılar ördekleri evcilleştiren ilk uygarlıktır. Çinliler ise ördek yetiştirme sanatına öncülük etmiştir. Bunlar, incelenebilecek sadece iki basit örnektir.

Ördeğin renkleri, hayatınızda oynayacağı rolü belirlemenize yardımcı olabilir. Çoğu ördek, beyazdan yaban ördeği ve ağaç ördeğinin zengin mavi-yeşil parıltısına kadar çeşitli renklerdedir.

**Orman Ördeği**

Orman ördekleri, ağaçlara tırmanabilmeleri ve hatta ağaçlarda yaşayabilmeleri bakımından tüm ördekler arasında benzersizdir. Ancak tüm ördekler gibi, onlar da hayatımızda daha büyük bir duygusal rahatlık ve koruma duygusu geliştirmemize yardımcı olabilecek arketipsel enerjilerle bağlantı kurmamıza yardımcı olabilirler.

Yaban ördeği en üretken ördek türlerinden biridir. Muhtemelen bu iyi bir şey çünkü aynı zamanda en çok avlanan türlerden biridir. Çok sevecen olabilirler ve çok çeşitli duygular sergileyebilirler. Ayrıca kolayca bağ kurarlar. Birkaç yıl boyunca, Dayton Doğa Tarihi Müzesi tarafından her Paskalya'da düzenlenen bir ördek sahiplenme programına katıldım. Yaban ördekleri, belirli bölgelerin yeniden popülasyonunu artırmaya yardımcı olmak için vahşi doğaya salınacak kadar büyüyene kadar yetiştirilirdi.

Ev ve bahçede beni takip ederlerdi. Her açıdan onların anne ve babasıydım. Sevgi gösterme konusunda büyük yetenekleri var ve çok topluluk odaklılar. Etraflarında başkalarının olmasından hoşlanıyorlar. Ayrıca kendilerini güvende ve rahat hissettikleri yere geri dönerler. Ördekler bazen bize de kendimizi güvende ve rahat hissettiğimiz yönlerimize veya aktivitelerimize geri dönmemizi hatırlatabilir.

Yaz aylarında, çoğu erkek yaban ördeği "tutulma" evresinden geçer; bu dönemde uçamazlar. Bu süre zarfında, yavruların yetiştirilmesinde ek koruma sağlamak için dişinin soluk renkli tüylerini giyerler. Yavrular bile suya kolayca alışırlar ve bu bize duygusal yönlerimizi kapatmamamız

gerektiğini hatırlatır. Hayatımızın diğer tüm yönleri gibi duygularımızı da keşfetmeye istekli olmalıyız.

Orman ördeği de renkli bir yabani ördek türüdür. Tüylerindeki yanardönerlik, kendi öz benliğinize ulaşmaya başladığınızda size açılacak bir tür maneviyatı yansıtır. Orman ördekleri bir dereceye kadar ağaçlara tünerler ve tırmanmalarına yardımcı olmak için perdeli ayaklarında parmakları vardır. Orman ördekleri, suyun üstünde ve uzağında, oyuk dallarda ve büyük ağaçkakan yuvalarına benzer deliklerde yuva yaparlar.

Yavruların yuvadan nasıl çıkıp suya girdikleri kesin olarak söylenemez, ancak ördek yavrularının ağaçlardan tek başlarına atlayabildikleri ve atladıkları genel olarak kabul görmektedir. Genel olarak, ağaç ördeklerinin birçok ilgi çekici alışkanlığı vardır - bu çalışmada ele alınamayacak kadar çok. Onları inceledikçe, alışkanlıklarını kendi hayatınıza nasıl uygulayabileceğinizi keşfedeceksiniz.

Ördeklerin suda kendilerine özgü bir zarafeti vardır ve bir totem olarak kendi duygularınızla daha büyük bir zarafet ve rahatlıkla başa çıkmanıza yardımcı olabilirler.

Bu hayvanlar, hayatın çeşitli zorluklarıyla nasıl başa çıkacağınızı öğretmeye yararlar. Birçok psikolog ve terapist, başkalarının duygusal karmaşalarının üstesinden gelmelerine yardımcı olmak için bir ördeği totem olarak kullanmaktan daha iyisini yapamazdı.

**KARTALLAR**

*AÇILIŞ KONUŞMASI: Ruhun Aydınlanması, Şifa ve Yaratılış*

GÜÇ DÖNGÜSÜ: Tüm Mevsimler ve Gündüz Boyunca

Kartal, en büyük ve en çok hayranlık duyulan yırtıcı kuşlardan biridir. Birçok topluma ilham kaynağı olmuştur. Süzülme ve avlanma yetenekleri, tanık olanları hayrete düşürür ve heyecanlandırır. Kartallar, aslında, yiyecek bulmada o kadar iyidirler ki avlanmaya çok az zaman harcarlar. Karadan beslenmede ve aynı zamanda gökyüzünde büyük yüksekliklere ulaşmada bu kadar başarılı olmaları, totem olarak gelen kartalın gizli önemini yansıtır. Yeryüzünde olmanın ama yeryüzüne ait olmamanın dengesini öğreteceklerdir.

Kartallarla temas kurmuş her toplum, onlarla ilgili bir mitoloji ve/veya mistisizm geliştirmiştir. Eski Aztek geleneğinde, baş tanrı insanlara, bir kaktüsün üzerinde yılan yiyen bir kartalı buldukları bir yere yerleşmelerini söylemiştir. Bu yer daha sonra Meksika Şehri olmuştur.

Kartal, sık sık şimşek ve gök gürültüsünü kontrol etmek için kartal şekline bürünen Zeus için kutsaldı. Sümerler kartal tanrısına taparlardı ve Hititler, asla şaşırtılmamak için çift başlı bir kartalı sembolik bir amblem olarak kullanırlardı.

Kartal aynı zamanda Jüpiter ile de ilişkilendirilmiştir ve Roma İmparatorluğu için güçlü bir semboldü. Mısır hiyerogliflerinde kartal, "A" sesli harfinin sembolü; ayrıca ruhun, maneviyatın ve yaşamın sıcaklığının sembolüdür. Erken Hristiyan mistisizminde kartal, dirilişin sembolüydü.

Yerli Amerikalılar için Gökkuşu Kuşu, çoğunlukla kartal biçiminde tasvir edilir. Bu, şimşek ve yağmuru, cezayı ve ödülü kontrol eden büyük bir ruhtu. Ovalı Cree halkı için tüm kartalların mistik bir gücü vardı ve bu güçler, kuşun bir parçasını elinde bulunduran herkes tarafından paylaşılabilirdi.

Pueblo Kızılderilileri için kartal, gökyüzündeki bir delikten geçerek güneşin yuvasına ulaşana kadar spiral çizerek yükselme yeteneğine sahip bir gökyüzü kuşu idi. Güneşin tüm enerjileriyle -fiziksel ve ruhsal-

ilişkilendirilirdi. Pueblo Kızılderilileri altı yönü onurlandırırlardı: kuzey, güney, doğu, batı, zenit (yukarı) ve nadir (aşağı). Kartal, büyük yüksekliklere süzülme yeteneği nedeniyle zenitin sembolüydü.

Bu yüksekliklerden dört yöne de gözlem yapılabiliyordu. Bu yükseklikler, daha iyi görüş ve algının sembolleri haline geldi.

Hopi halkı için altın kartal ve kel kartal, gökyüzündeki tüm kuşların en büyükleriydi, ancak kıtamızda yaşayan sadece bu iki kartal türü var. Bazı Hopi grupları kızıl kuyruklu şahini de kartal olarak kabul edip ona Kızıl Kartal adını vermişlerdir.

59 kartal türü vardır ve bunlar genellikle dört kategoriye ayrılır: (1) Balık ve Deniz kartalları, (2) Yılan kartalları, (3) Harpy veya Dev Orman Kartalları ve (4) Çizmeli Kartallar; ancak bu dört grup içinde her zaman büyük bir çeşitlilik vardır. Renk ve tüy desenleri söz konusu olduğunda, her kartal kendine özgü ve güzeldir.

**Kel Kartal**

Uzun zamandır manevi güç ve aydınlanmanın sembolü olan kartallar, tüm toplumlardaki insanlara ilham kaynağı olmuştur. Enerjileri şifa vericidir ve yaratılışa yardımcı olur.

Balık kartalları ve deniz kartalları, öncelikle denizden (balıklar vb.) beslenerek yaşayan kuşlardır. Kuzey Amerika kıtasında kel kartal bu kategoriye girer. Kel kartalı totem olarak benimseyenlerin suyun sembolik çağrışımlarına bakmaları gerekir. Su ve balık genellikle yaşamın ruhsal yönlerini ve yaratıcı enerjileri sembolize eder. Su aynı zamanda karayı gökyüzünden ayıran bir alandır.

Dolayısıyla, balık veya deniz kartalı gibi bir su kuşu, dünyalar arasında yürümeyi öğrenme yeteneğinin veya ihtiyacının uyanışını yansıtır.

Su, yaşamın yaratıcı kaynağıdır ve doğal su kaynaklarının yakınında yaşamak, kel kartalı totem olarak benimseyenler için sağlık açısından önemli olabilir. Suda avlanan bir kartal, suya nüfuz edebilmeli, ihtiyaç duyduğu şeyi kavrayabilmeli ve ardından sudan yükselebilmelidir.

Bütün bunlar, duygularla, psişik yeteneklerle ve maneviyatın tüm yönleriyle daha fazla kontrolle çalışmayı öğrenme yeteneğinin ve ihtiyacının artışını yansıtıyor. Bu, gerçek arabuluculuğun, daha ruhani alemlere dilediği zaman girip çıkabilme yeteneği hakkındaki öğretileri yansıtıyor.

Yılan kartallarının başlarında genellikle tüyden ibikler bulunur. Parmakları kısa ve güçlüdür, bu da kıpır kıpır yılanları kavramalarına ve tutmalarına olanak tanır. Yılan kartalını totem olarak benimseyenlerin bu metindeki yılanlar bölümünü incelemeleri faydalı olacaktır. Yılan kartalları yılanları bütün olarak yutarlar; bu da daha yüksek bir bilgeliğin, yani yılan bilgisinin yutulmasını ve sindirilmesini yansıtır.

Harpy kartalları en büyük ve en güçlü olanlardır. Bunlardan hiçbiri kıtamızda bulunmaz. Geyik de dahil olmak üzere daha büyük avları yakalamak için kullanabilecekleri devasa pençeleri vardır. Her bir harpy kartalının özel beslenme tercihlerinin incelenmesi daha fazla bilgi sağlayacaktır.

Bu kıtada bulunan diğer kartal türü ise altın kartaldır. Bu kartal, Çizmeli Kartallar grubuna aittir. Çizmeli kartallar genel olarak,

Genellikle başlarında ve boyunlarında görkemli bir tüy örtüsü bulunur ve bacakları da kalın bir tüy tabakasıyla kaplıdır, bu yüzden sanki çizme giymiş gibi görünürler.

Bu kıtada yaşayanlar için en önemli iki kuş kel kartal ve altın kartaldır. Kel kartal altın kartaldan daha büyüktür, ancak onun kadar yükseğe uçamaz ve onun kadar zarif kabul edilmez. Kel kartal genellikle dişiliğin, altın kartal ise

erkekliğin sembolüdür. Özellikle kel kartalın beyaz tüyleri, Büyükannenin muazzam bilgeliği, şifası ve yaratımıyla bağlantılı oldukları için sıklıkla değerlidir.

Kartal tüyleri Kızılderililer için kutsaldır ve kartal Amerika Birleşik Devletleri hükümeti tarafından koruma altında olduğundan, Kızılderili kanından olmayan birinin bu tüylere sahip olması suçtur. Bununla birlikte, tüyler güçlü şifa törenlerinde (aura temizliği) ve hatta şekil değiştirmede kullanılır. Beyaz ve siyah uçlu tüyler, Pueblo Kızılderililerinin maskelerinde beyaz ve siyah bulut görünümü vermek için sıklıkla kullanılırdı. Burada yine gökyüzünün gizemleri ve tüm fenomenleriyle olan kadim bağlantıyı görüyoruz.

Hem kel kartal hem de altın kartal, kahramanlık ve asaleti, ayrıca ilahi ruhu sembolize etmiştir. Bu kartallar cennetten gelen habercilerdir ve güneşin ruhunun vücut bulmuş halidir.

Bunlar aynı zamanda içimizdeki çocuğu yeniden keşfetmenin sembolleridir. Eskiden, yaşlılık yaklaştıkça kartalın gözünün kararacağına ve kartalın güneşe o kadar yaklaşacağına, kavrulacağına inanılırdı. Sonra temiz bir su kaynağı arar ve berrak suya üç kez dalarak gençliğini kaybederdi.

Bu, mistik bir bakış açısından birçok şeyi yansıtıyor. Dirilişi çağrıştırırken, aynı zamanda simyayı da anımsatıyor. Güneşin ateşi ve berrak su, zıt unsurların uyum içinde bir araya gelmesiyle bir değişim yaratıyor. Kartal totemine sahip olanlar için çeşitli ihtiyaçları yansıtıyor:

1. Yaratıcılıkla iç içe olmak şarttır. Üç, yeni doğuşun ve yaratıcılığın sayısıdır.

2. Kontrollü koşullar altında uç noktaları deneyimleme isteği ve böylece hayatınızdaki simya sürecini kolaylaştırma.

3. Tutkularınızı arınmak için (güneşe doğru uçmak gibi) kullanmaya ve biraz yanmayı göze alsanız bile yeteneklerinizi kullanmaya istekli olmak.

4. Kişinin kendi içindeki gerçek duygusal yönleri arama ve bunlara dalma isteği; böylece kayıp çocuğu yeniden keşfetme ve daha yüksek bir saflık, tutku, yaratıcılık, iyileşme ve maneviyat duygusunu uyandırma arzusu.

Kartalın bireysel özelliklerini ve davranışlarını incelemek, onunla birleşmenin size getireceği şifa ve gücün daha da fazlasını ortaya çıkaracaktır.

Kartalın ayaklarında dört parmak bulunur. Dört, geleneksel olarak kişinin kendini yere sağlam basmasını ve kendine sağlam bir temel oluşturmasını simgeler. Kartalın muhteşem uçma yeteneğine rağmen, yeryüzüyle bağlantısını korur. Kartalın pençeleri kavramak ve avlanmak içindir. Bu, yeryüzündeki şeyleri kavramak ve kullanmak için bağlantıda kalma

ihtiyacını yansıtır. Güçlü bir şekilde kavrama ve kavradığını kullanma yeteneği olmadan hayatta kalamaz.

Keskin gagası kesmek, yırtmak ve ezmek için tasarlanmıştır. Kartalın güçlü çene kasları vardır. Çene, insanlarda sindirim ve konuşma için önemlidir, ancak kartallarda durum farklıdır. Kartal ses olarak zayıf olsa da, çenesi en güçlü kaslarından biridir. Kartal totemine sahip olanlar için, ne zaman, ne kadar ve ne kadar güçlü konuşulacağını bilmek önemlidir. Bunun kontrol edilmemesi durumunda, sözlerle (kesme, yırtma ve ezme) istemeden birine zarar vermenin çok kolay olacağını hatırlamak önemlidir.

Kartal totemine sahip olanlar için yeni bir vizyon açılacaktır. Bu vizyon, geçmişe, bugüne ve geleceğe uzanan çok geniş kapsamlı olacaktır. Kartalın gözleri başının ön tarafına daha yakındır ve tıpkı insanlar gibi 3 boyutlu veya binoküler görüşe sahiptirler. İleriye ve yana doğru görebilirler ve görüş alanları insanlardan sekiz kat daha geniştir. Özellikle 8 rakamı (veya sonsuzluk sembolü) üzerine meditasyon yapmak, kartalın uyandırabileceği vizyon türü hakkında çok şey ortaya çıkaracaktır.

Kartalın kulakları görünmez, ancak çok iyi duyar. Hem görme hem de duyma yeteneğiyle avlanabilir. Kartalın kendisine gelenlerin hem ruhsal hem de fiziksel olarak duyma yeteneği de artar. Birçok kartal ömür boyu eşleşir. Erkek yuva için malzeme toplar, ancak dişi yuvanın mimarıdır. Kartal tıbbı ile çalışan herkes bu rolleri göz önünde bulundurmalıdır. Yuvalar her zaman büyüktür ve güvenlik için yüksekte inşa edilir. Yuva yapımındaki roller ayrı olsa da, yavruları besleme görevi her ikisi tarafından da paylaşılır ve bu da işbirliğine dayalı sorumluluk dersini öğretir.

Kel kartalın çiftleşme ritüeli, en mistik ve ilgi çekici yönlerinden biridir. Gökyüzünde güçlü bir dans biçimi gerçekleşir. Kuşlar süzülür, takla atar ve derin dalışlar yapar. Belli bir noktada birbirlerinin ayaklarını yakalar ve pençelerini birbirine kenetleyerek yuvarlanır ve düşerler, ta ki çiftleşme

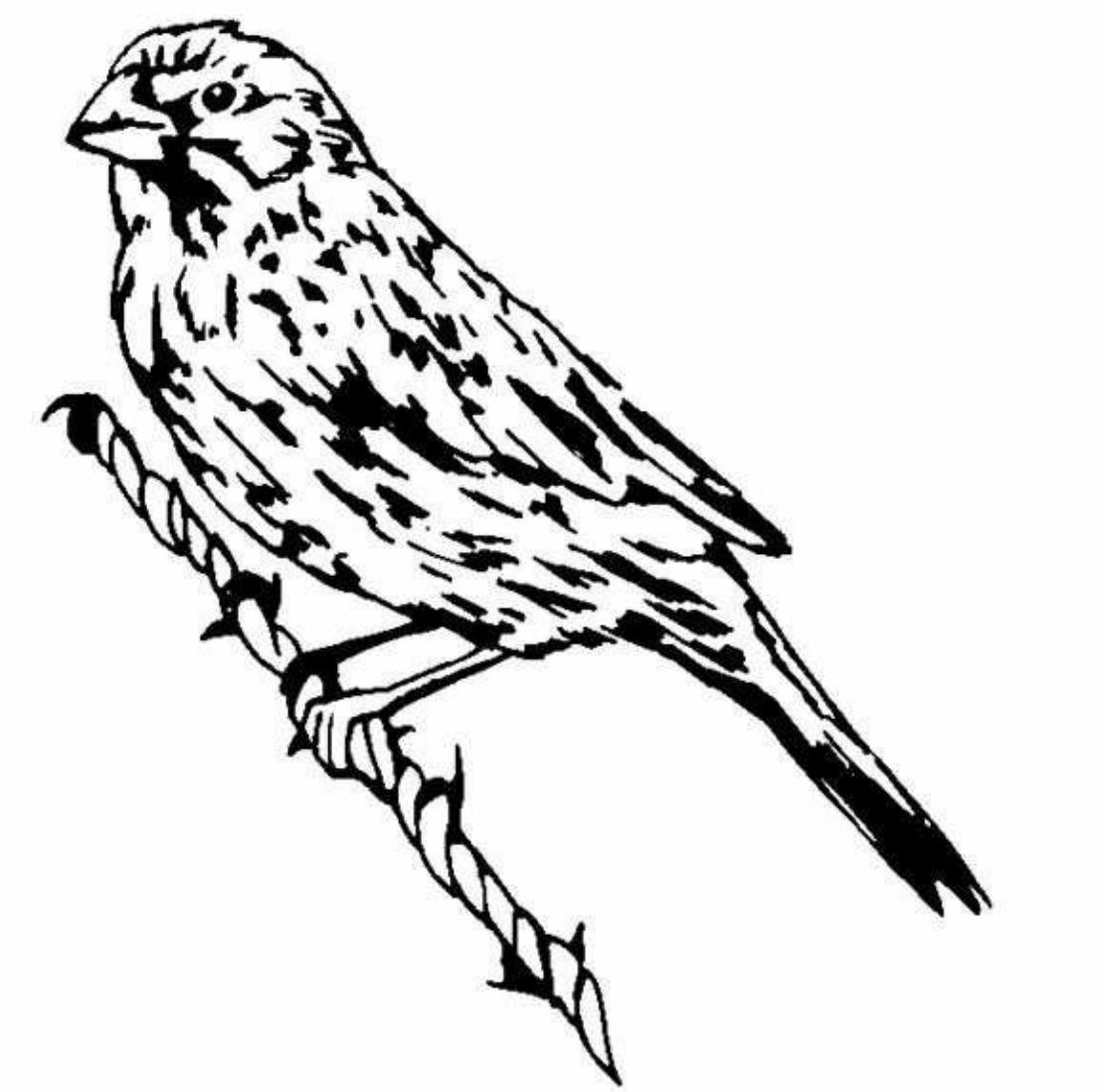
tamamlanana kadar. Sonra ayrılırlar ve süreci tekrar tekrar tekrarlamak için yukarı doğru süzülürler. Bu, kartal şifasına sahip olanların deneyimlediği cinsel enerjinin mistik neşesini, tehlikesini, heyecanını ve gücünü yansıtır. Onları yeni zirvelere ve heyecanlara açabilir.

Kartal gerçek bir yırtıcıdır ve tüm yırtıcılar gibi dünyanın dengesini korumaya yardımcı olur. Yırtıcılar zayıfları ve hastaları yakalayarak, hastalıkların yayılmasını önleyerek doğal dünyanın sağlıklı kalmasına yardımcı olurlar. Bu iyileştirici rol, kartal totemleriyle çalışanlar için birçok biçimde uyanacak bir roldür.

Avlanmalarında güçlü bir enerji tasarrufu içgüdüsüne sahipler. Sıklıkla tünedikleri yerde beklerler, neşeli süzülmeler ve havada akrobatik hareketler yaparak zamanlarını değerlendirirler; bu sırada mükemmel görüş yeteneklerini kullanarak ne zaman uçmaları ve avlarını yakalamaları gerektiğini bilirler. Kartal tıbbı alanında çalışanların geliştirmesi gereken bu kendinden emin enerji tasarrufu içgüdüsü çok önemlidir.

Ayrıca fırsatçıdırlar ve diğer kuşların onlar için avlanmasına izin verirler, genellikle diğer kuşlardan veya yırtıcılardan yiyecek çalarlar.

Kartal birinin hayatına girdiğinde, (uzun zamandır kaybolduğu düşünülenler bile) her zaman fırsatlar ortaya çıkar. Kartal totemine sahip olanlar, fırsatlarını görmeyi ve ortaya çıktıkları anda yakalamayı öğrenmelidirler.



Kartallar her zaman avlarını öldürmek için aşağıya doğru dalış yapmazlar. Güçlü kanatları üzerinde muazzam bir kontrole sahiptirler ve avlarının onları duymaması için yavaşça ve sessizce aşağıya süzülebilirler. Ayrıca, vuruşlarını daha isabetli hale getirmek için hareketlerini durdurup kısa anlar için havada asılı kalabildikleri de bilinmektedir. Kartal totemlerine

sahip olanlarda yeni bir zamanlama ve hareket duygusu gelişmeye başlayacaktır. Dalmayı, yükselmeyi, dalmayı ve havada asılı kalmayı öğreneceksiniz; hayatınızdaki rüzgarları ve gelişmekte olan kanatlarınızı kendi yararınıza kullanmayı öğreneceksiniz.

Büyük kartallar sadece gagaları veya pençeleriyle öldürmezler. Bazıları avlarına büyük bir güçle vurabilirler; bu bile avlarını sersemletmeye veya öldürmeye yeterlidir. Kel kartal, bir tüfek mermisinin iki katı güçle vurabilir. 25 Bu, kartal tıbbı olanlarda var olan ve kolayca uyandırılabilen ilkel gücü yansıtır.

Kartallar, gerçek boyutlarının ötesine geçen büyük bir gücün sembolüdür. Ortalama bir kel kartal 8-10 pound ağırlığındadır, bu da ortalama bir ev kedisinden yaklaşık iki pound daha azdır.

Kartalın şifa gücüyle uyum sağlamak, şu an göründüğünüzden çok daha fazlası olma sorumluluğunu ve gücünü üstlenmek demektir. Karmik açıdan bakıldığında, olayların artık daha hızlı gerçekleşeceği ve düşündüğünüz, yaptığınız veya söylediğiniz (ya da düşünmediğiniz, yapmadığınız veya söylemediğiniz) her şeyin -olumlu ve olumsuz- sonuçlarının hem daha güçlü hem de daha hızlı olacağı anlamına gelir. Kartalı bir totem olarak kabul etmek, hayata güçlü bir yeni boyut katmak ve ruhsal gelişiminiz için artan bir sorumluluk üstlenmek demektir. Ancak ancak bu şekilde dünyalar arasında nasıl hareket edeceğinizi, tüm yaşamı şifa ile nasıl etkileyeceğinizi ve dünyada yeni yaratıcı gücün arabulucusu ve taşıyıcısı olmayı öğrenirsiniz.

## İSPİNOZ

*AÇILIŞ KONUŞMASI: Çeşitliliğin ve Çokluğun Enerjisi*

*ENERJİ DÖNGÜSÜ: Türlere göre değişir*

İspinoz, Kuzey Amerika'da en bol bulunan kuş türlerinden biridir. Bir ispinoz totem haline gelirse, çeşitli aktiviteleri deneyimleme fırsatlarını her zaman artıracaktır. Her şey daha da yoğunlaşacaktır. Hayatınızdaki rolünü en iyi şekilde anlamak için ispinozun türünü belirlemek önemlidir.

300'den fazla ispinoz türü vardır. Bunlardan bazıları bu sözlükte özel olarak tanımlanmıştır; diğerlerini ise kendiniz incelemeniz gerekecektir. Bu kadar çok çeşitlilik, çeşitli ortamlara ve insanlara uyum sağlama ve onlarla kaynaşma yeteneğini yansıtır. Eğer bir ispinoz hayatınıza girdiyse, yeni deneyimler ve hayatın her kesiminden insanlarla karşılaşmalar arayın.

İspinozun rengine özellikle dikkat edin. Sadece ismine bakarak karar vermeyin. Mor ispinoz genellikle çok az veya hiç mor içermez. Rengi daha çok eski bir güle benzer. Mümkünse ispinozun bulunduğu yeri ve kökenini araştırın. O bölgenin folkloru çok şey ortaya çıkarabilir. Örneğin, devedikenli ispinoz, Pensilvanya Hollandalıları için efsanevi bir mutluluk kuşu idi.

İspinozların harika bir şarkı söyleme yeteneği vardır. Bazıları hatta kanarya gibi şarkı söylemek üzere eğitilmiştir. Bu da genel olarak hayatınızda ortaya çıkması muhtemel potansiyellerin artışını ve çeşitliliğini yansıtır. Bir ispinoz geldiğinde, hayat daha hareketli hale gelecektir.

**TİTREŞİM**

*AÇILIŞ KONUŞMASI: Büyümenin ve Şifa Veren Sevginin Yeni Ritmi*

*ENERJİ DÖNGÜSÜ: Yaz (özellikle Yaz Gündönümü civarı)*

Ağaçkakan ailesine ait bir kuş türü olan çıngıraklı ağaçkakan, genel olarak ağaçkakanlar ve özelliklerini incelemekle kendi anlayışınızı geliştirebilir. Çıngıraklı ağaçkakanlar, ağaçlardaki yaşamdan yerdeki yaşama geçiş

sürecindedir. Tüm ağaçkakanların yiyecek ararken çıkardığı vurma ve tıkırdama sesleri, hayatınıza giren yeni ritimlerle bağlantılıdır.

Chippewa şamanı Sun Bear, ağaçkakanı Tıp Çarkı astrolojisinde Güçlü Güneş-Ay'ın totem sembolü olarak tanımlar. Bu, 21 Haziran ile 22 Temmuz arasındaki döneme veya geleneksel astrolojide Yengeç burcuna karşılık gelir. Yerli Amerikalılar için özellikle cesur bir kuştur. 26

Bu kuş, altın kanatlı bir ağaçkakan türüdür. Genellikle başının arkasında kırmızı bir leke ve göğsünde siyah bir hilal bulunur; bunların hepsi çok semboliktir. Çimenlerin arasından havalandığında, kanatlarının altın rengini parlatarak güçlü ve sıçrayarak bir uçuş gerçekleştirir. Hayatınıza bir ağaçkakan girdiğinde, bu ruhsal gelişimde yeni ve büyük sıçramaları yansıtacaktır.

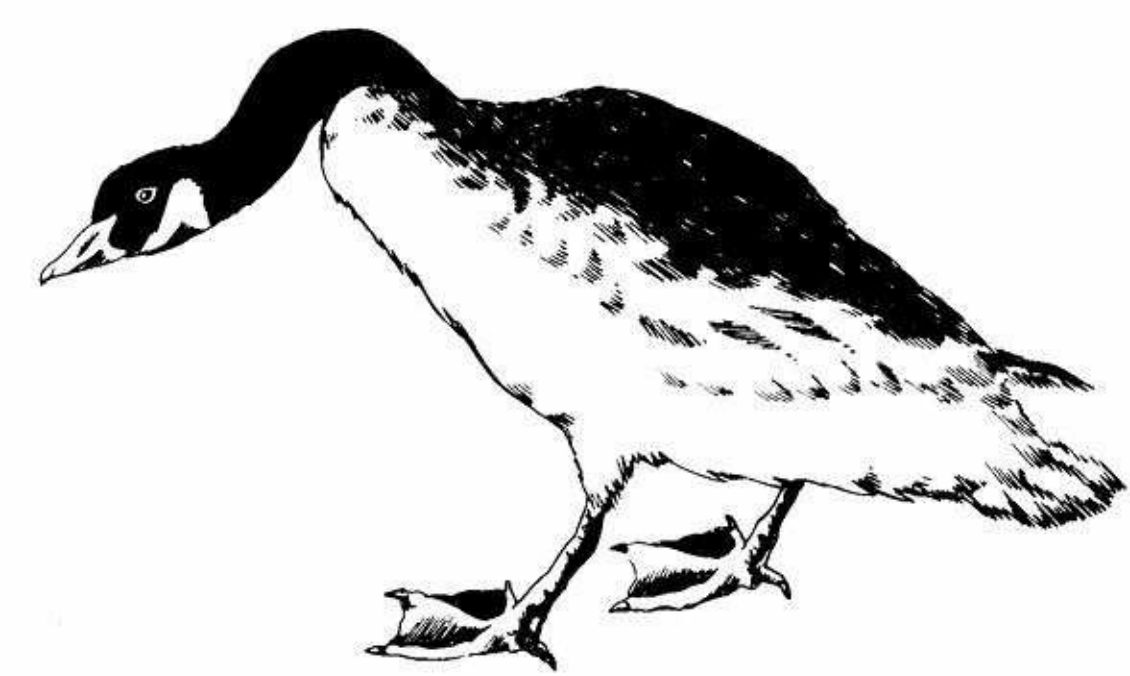
Başının arkasındaki kırmızı renk, başın çakra merkezlerinin (boğaz, alın ve taç çakra merkezleri) uyarılmasını yansıtır. Bu merkezler yeni bir aktiviteye teşvik edilecektir. Bu, gizli yeteneklerin ve sezgilerin daha büyük ölçüde aktifleşeceğini gösterir. Özellikle kırmızı şaftlı bir titreşim olduğunda, gizli yeteneklerin uyarılmasının hayatınızda büyük yaratıcı değişiklikler için bir katalizör olacağını yansıtır. Fiziksel ve maddi hayatınız değişecektir. Sarı şaftlı bir titreşim olduğunda ise, değişiklikler dış dünyadan ziyade kendi algınızda daha çok gerçekleşecektir.

Siyah hilal de önemlidir, özellikle göğüs bölgesinin üzerinde olması nedeniyle. Ay, hassasiyetin ve duyguların sembolüdür.

Ayın siyah rengi genellikle Yeni Ay olarak bilinen evreyi yansıtır. Bu titreşim, kalbin uyanmak üzere olan yeni bir hassasiyetini sembolize eder. Bu, yeni iyileştirici enerjileri harekete geçirecek ve duyguları daha yoğun bir şekilde deneyimleyeceğinizi yansıtabilir.

Ağaçkakanın Roma mitolojisiyle de bağlantıları vardır. Circe'nin aşık olduğu Roma tanrısı Picus, güneşi kayınpeder olarak kabul etmeyi reddetmiştir. Bu yüzden Circe onu bir ağaçkakan haline getirmiştir. Bu öyküyü ve ağaçkakanla ilgili bazı Kızılderili öykülerini incelemek ve üzerinde düşünmek, ağaçkakanın hayatınızda oynayacağı rol hakkında fikir verecektir.

Bu kuşun adı aslında çıkardığı seslerden birinden geliyor. Çeşitli sesler çıkarabilir ve çiftleşme sırasında da farklı sesler çıkarır.



Bu mevsimde büyük müzikal yetenekler sergilenir. Elbette, yaptığı davul sesleri de müziğin ve ritmin gizemleriyle bağlantılıdır ve bir totem olarak bir kıvılcım taşıyan herkes vurmalı çalgıların kullanımını incelemeye başlamalıdır. Davullar ve çıngıraklar ucuzdur ve hatta kolayca yapılabilirler. Şifa ve bilinç durumlarında değişiklikler yaratmak için güçlü araçlardır.

Ağaçkakanlar ve diğer ağaçkakan türleri, usta davulculardır. Sizi dünyadaki herhangi bir ritimle bağlantı kurmanıza yardımcı olabilirler. Gezegenin veya

diğer hayvanların kalp atışıyla uyum sağlamayı öğrenmenize yardımcı olabilirler. Davul sesleri, evrenin doğal ritimlerinin bir hatırlatıcısıdır ve onlarla senkronize olmadığımızda işlerin yolunda gitmediğini gösterir.

Ağaçkakan ailesinin en kalabalık üyesi olan çıngıraklı ağaçkakan, ülke genelinde çeşitli ormanlarda ve diğer ortamlarda yaşar. Yuvalarını oyuklara yaparlar ve yuvalarının temizliğine çok önem verirler. Mükemmel ebeveynlerdir ve sorumluluğu birlikte paylaşırlar. Bu, özellikle çıngıraklı ağaçkakan yavrularının çok talepkar olması nedeniyle önemlidir.

Ağaçkakanın, böcek ve diğer yiyecekleri ararken ağaçlara vurarak ses çıkardığı, kalın ve keskin bir gagası vardır. Uzun dili sayesinde, gagasıyla açtığı deliklerden besinleri çıkarabilir. Ağız ve ağzın herhangi bir kısmı, yiyecek veya sözler yoluyla sindirim ve beslenmenin başlangıç noktasıdır. Bu, ağaçkakanın hayatınızda oynayabileceği rolü yansıtır.

Ağaçkakanın ayaklarında önde iki, arkada iki olmak üzere toplam dört parmak bulunur. Bu, çoğu kuştan farklıdır, ancak bu denge aynı zamanda ağaçların kenarında dengelerini koruyabilme yeteneklerini de yansıtır. Tırmanma becerilerini kolaylaştırır. Bu totem taşına sahip olanlar için, koşullar ne olursa olsun, hayatlarına yeni bir dengenin girmesini temsil edebilir. Denge olduğu her yerde sağlık daha iyidir.

Pueblo halkı ve diğer yerli Amerikalılar için tüyler dini nesneler olarak kabul ediliyordu. Dua çubuğundaki kırmızı bir tüy genellikle fiziksel veya ruhsal bir düşmana karşı savaşı yansıtırdı. Tüyler saça takıldığında, kişinin şifa topluluğunun bir üyesi olduğunu gösterirdi. Savaş için kullanılabilen aynı enerji, şifa için de kullanılabilir. İşte titreşim sanatı bunu öğretiyor.

Eğer hayatınıza bir kıvılcım girdiyse, bu hızlı bir büyüme ve güven dönemine işaret eder. Kıvılcım, yeni bir ritmi ve iyileştirici sevgiyi tezahür ettirme yeteneğini ve fırsatını uyandıracaktır.

**SARIŞIN**

*AÇILIŞ KONUŞMASI: Doğa Ruhlarına Uyanış*

*GÜÇ DÖNGÜSÜ: Yaz Gündönümü ve Yaz Mevsimi*

Altın ispinoz, yaz aylarında vücudundaki parlak sarı tüylerden oluşan kostümü nedeniyle bu adı almıştır. Ayrıca siyah kanatları ve başında siyah bir şapkası vardır. Bu renk kombinasyonu oldukça semboliktir.

Siyah ve sarı, başmelek Auriel'in renkleridir. Meditasyon ve ritüellerde bu renkler, doğa ruhlarının (periler, elfler ve devler) faaliyetlerini denetleyen bu varlığın yönünü çağırmak için kullanılır. Doğanın faaliyetlerinin en yoğun olduğu dönem yaz aylarıdır, en yüksek noktasına ise yaz gündönümünde ulaşılır.

Saka kuşlarının varlığı genellikle, normalde kurgu alanına ait olan varlıkların faaliyetlerine dair bir uyanışın işaretidir. Saka kuşu, algılarınızı derinleştirmenize ve doğa ruhlarının faaliyetlerini kendiniz görmeye ve deneyimlemeye başlamanıza yardımcı olabilir. Bu algı derinleşmesi, siyah şapkada yansır; normalde gözden gizli olan şeylere dair bir uyanış.

Saka kuşları genellikle kalıcı sakinlerdir ve bulundukları bölgelerde periler ve elfler de bulunur.

Saka kuşları, sınır bölgelerini ve kenarlarda ve sınırlarda bulunan genç çalılıkları severler. Kenarlar ve sınırlar, yaşamın diğer alemine açılan doğal geçitlerin bulunduğu kesişim noktalarıdır.

Yuvalama alışkanlıkları bile sınır bölgeleriyle, 'Ara Yerler'le olan bu bağlantıyı yansıtıyor. Yuvalarını ağacın yüksek bir dalındaki dış dalın çatallı kısmına yaparlar. Genellikle devedikeninin tüyünden yapılır. Devedikeni,

doğa ruhlarıyla ve hayvanların iyileştirici yönleriyle uzun süredir ilişkilendirilmektedir.

Kutsal devediken, bir zamanlar tanrı Pan'ı çağırmak için kullanılırdı. Devediken, dayanıklılığın sembolü olmuştur. Dayanıklılık ve azim sayesinde, Periler Diyarı'na yeniden kapılarımızı açabiliriz. Saka kuşları, vahşi ve evcil hayvanları nasıl iyileştirebileceğimizi bize gösterebilecek doğa ruhlarıyla bağlantı kurmamıza yardımcı olabilecek kuşlardır.

Saka kuşları nadiren sessiz kalır. Bu bile, doğanın sürekli olarak bizimle konuştuğunun ve her düzeyden onu dinlemeyi ve onunla iletişim kurmayı öğrenmemiz gerektiğinin bir hatırlatıcısıdır. Doğa ruhlarının her zaman etrafımızda olduğunu yansıtır.

Kışın erkek saka kuşu siyah başlığını kaybeder ve parlak sarı renk zeytin yeşiline döner. Bu aynı zamanda saka kuşunun doğa ruhları dünyasıyla olan bağlantısını da yansıtır. Kışın, ilkbahar ve yaz aylarında daha belirgin olan dışa vurumlardan ziyade, daha çok toprağın içinde çalışarak geri çekilirler. Bu, orada olmadıkları anlamına gelmez, aksine daha az kolay fark edilebilecekleri anlamına gelir.

Saka kuşu da dalgalı (yukarı ve aşağı hareket eden) bir uçuş modeline sahiptir. Bu ritim ve model, auranın ince enerjilerini gevşetmeye ve bedeni terk etmeyi kolaylaştırmaya yardımcı olmak için görselleştirmede kullanılabilir. Dalga modeli ayrıca saka kuşunun bizi içsel ve dışsal alemlere, insandan peri alemine, fizikselden ruhsal olana götürme yeteneğini de yansıtır.

**KAZ**

*AÇILIŞ KONUŞMASI: Maceranın Çağrısı ve Efsanevi Yerlere Yolculuklar*

*GÜÇ DÖNGÜSÜ: Sonbahar (Kar kazları için - Kış Gündönümü ve Dolunaylar)*

Kaz, kadim bir mitolojiye ve sembolizme sahip bir kuştur. Roma'daki Juno tapınağında kutsal bir kuştu. Kar kazı ayrıca Yunan mitolojisinde Kuzey Rüzgarı Boreas ile de ilişkilendirilir. Kar kazı aynı zamanda Amerikan yerlilerinin şifa çemberinde kış gündönümünün totemidir.

Çoğu insan, çocukları susturmak için tasarlanmış öyküleri ve tekerlemeleriyle efsanevi Anne Kaz'ı duymuştur. Mitler, peri masalları ve diğer öyküler, hem çocukların hem de yetişkinlerin hayal gücünü cezbeder.

Kaz, bu nedenle çocukluk heyecanını ve hikayelere, efsanevi yerlere olan inancı yansıtan bir totemdir. Çocukluğumuzda en çok sevdiğimiz hikaye(ler) genellikle bu hayatta üstlendiğimiz yaşam arayışını yansıtır. Bu yüzden bizde bu kadar güçlü bir yankı uyandırdı. En çok sevdiğiniz bir veya iki hikayeyi tekrar okumak, hayatınızdaki kalıpları görmenize yardımcı olacaktır.

Bu hikayeler ya bu hayata dair bir izlenim bırakmış ya da size belirli fikirlerin tohumlarını aşılamış olabilir. Bu durum, bir kaz yavrusunun erken yaşamında kendini gösterir. Bir kaz yavrusu genellikle gördüğü ilk hareketli şeyden etkilenir.

Kaz, özellikle hikaye anlatımı yoluyla iletişimde size yardımcı olacak bir totem de olabilir. Tüyü uzun süre standart yazı aracı olarak kullanılmıştır. Hikaye yazmak veya başka bir şey yazmak isteyen kişiler, kazı bir totem olarak kullanarak süreci kolaylaştırabilirler. Hayal gücünü harekete geçirecek ve yaratıcı tıkanıklıkların üstesinden gelmenize yardımcı olacaktır. Kaz tüyü kalemle yazmak bunu daha da kolaylaştıracaktır. Birçok sanat ve el sanatları mağazası, kendi tüy kalemlerinizi bulmanıza veya yapmanıza yardımcı olabilir.

Kaz tüyü, yatak yapımında en yaygın kullanılan tüy türü olduğu için, doğurganlığın ve evlilik sadakatinin de sembolüdür. Birçok insana göre, kaz tüyünden yapılmış yataklarda uyumak hem doğurganlığı hem de sadakati güvence altına almaya yardımcı olur.

Kızarmış kazın göğüs kemikleriyle ilgili de hava durumuyla ilgili batıl inançlar vardı. Kemikler kahverengi ise, ılıman bir kışa işaret ederdi. Beyaz veya mavimsi ise, sert bir kışa işaret ederdi.

Kazlar, ördekler ve kuğularla akrabadır. Ördeklerden daha karasal bir yaşam sürerler ve vejetaryendirler. Kazı bir totem olarak görenler için bu, beslenmelerinde daha fazla sebzeye ihtiyaç duyduklarını ve hatta bir süreliğine vejetaryen olmaları gerektiğini yansıtabilir.

Kazlar ömür boyu eşleşir ve yavruların yetiştirilmesinde birlikte rol alırlar. Ömür boyu eşleşmeleri, dünyada bizim için özel bir kişi olduğuna dair içgüdüsel inancımızı yansıtır. Bu durum, sıklıkla zihnimize kazınan birçok peri masalıyla da bağlantılıdır.

Kuzey Amerika'da sekiz kaz türü vardır. Bu, sekiz sayısının sonsuzluk sembolüne çok benzemesi nedeniyle oldukça semboliktir. İleri veya geri hareket etme yeteneğini yansıtır. Hareketi ve kaz örneğinde olduğu gibi, manevi arayışa bir çağrıyı temsil eder.

Bu durum, göç örüntüleri ve davranışlarıyla daha da belirginleşiyor. Sonbaharda ayrılmaları hayal gücümüzü harekete geçiriyor ve yeni dünyalar ve boyutlar aramaya teşvik ediyor. Durmaksızın ötmeleri ise bizi büyük manevi arayışta onlara katılmaya çağırıyor gibi görünüyor.

Onların dönüşü, kızılgerdandan sonra baharın en büyük müjdecisidir. Büyük arayışların getirdiği yerine getirilmiş vaatlerden bahseder.

Kazlar, göçün gizemini en iyi şekilde temsil eder. Sürekli olarak dizilimlerini değiştirerek, arkalarındaki diğer kuşlar için rüzgar akımları ve daha kolay uçuşlar yaratırlar. Bu, her bireyin kendi yolculuğuna çıkmasıyla, diğerlerinin de aynı şeyi yapmasının kolaylaştığını hatırlatır. Asla birbirlerinin tam arkasından uçmazlar. Her kazın görüşü engellenmez; bu da bize hayatta hiçbir yolculuğa, ne gerektirdiğini tam olarak anlamadan çıkmamamız gerektiğini hatırlatır. Bu şekilde yolculuk diğerleri için kolaylaşır.

V şekli kendi başına çok semboliktir. Şekliyle yeni olasılıklara açılan bir kapıyı yansıtır. Yeni yönlere ve yeni olasılıklara işaret eden bir ok ucu gibidir ve bir ucu açık olmasıyla da yeni fikirlere açıklığı yansıtır. "V" harfi, İbranice "vau" yani "çivi" kelimesinden gelir. Bu şekil genellikle kendimizi yeni bir yola bağlamak üzere olduğumuzu gösterir. Büyüme isteniyorsa harekete geçilmesi gereken büyük bir verimliliği yansıtan bir harf ve semboldür.

Kanada kazı, Kuzey Amerika'da en bol bulunan türdür. Güçlü bir sesi ve göçte büyük bir gücü vardır. Kar kazı ise ağırlıklı olarak beyazdır ve kanat uçları siyahtır. Her iki türün de çok keskin bir görüşü vardır. Kazı totem olarak benimseyen herkes için, hem fiziksel hem de ruhsal olarak daha büyük bir görüş yeteneği ortaya çıkacaktır.

Bahsedildiği gibi, erkek ve dişi ömür boyu eşleşir. Her ikisi de yavruların yetiştirilmesinde rol oynar ve yuvada sırayla kalırlar. Kaz yavruları, özellikle hayatlarının ilk dönemlerinde çok sessizdirler ve daha sonra özgürleşmeyi öğrenirler. Bir kaz totem olarak, eski çocukluk kısıtlamalarından kurtulmak ve kendi benliğinizi bulmaya başlamak üzere olduğunuzu yansıtabilir. Kaz totem olarak her ortaya çıktığında, ister bedensel ister zihinsel olarak, uzak yerlere yeni yolculuklara yönelik hayal gücünüzün harekete geçmesini bekleyebilirsiniz.

**Sığırcık**

*ANA KONUŞMA: Aşırı Yüklenme ve Duygusal Yaşam Tıkanıklığının Üstesinden Gelmek*

ENERJİ DÖNGÜSÜ: *İlkbahar başı*

Sığırcık kuşu, kargalar ve sığırcıklarla birlikte genellikle karakuş ailesinin bir parçası olarak kabul edilse de, aslında öyle değildir. Çayır kuşu ve sarıasma kuşu ailesine aittir. Çok uzun kuyruklu, büyük, siyah bir kuştur. Başının ve omuzlarının etrafında, ışığa bağlı olarak maviden yeşile, mora veya bronza dönüşen yanardöner tüyler bulunur.

Bu renklendirme genellikle, sığırcığın yanına gelenlerin hayatlarında olup bitenlere farklı bir gözle bakmaları gerektiğine işaret eder. Durumların göründüğü gibi olmadığını ve özellikle duygularla ilgili konularda doğru şekilde bakmadığınızı ifade eder.

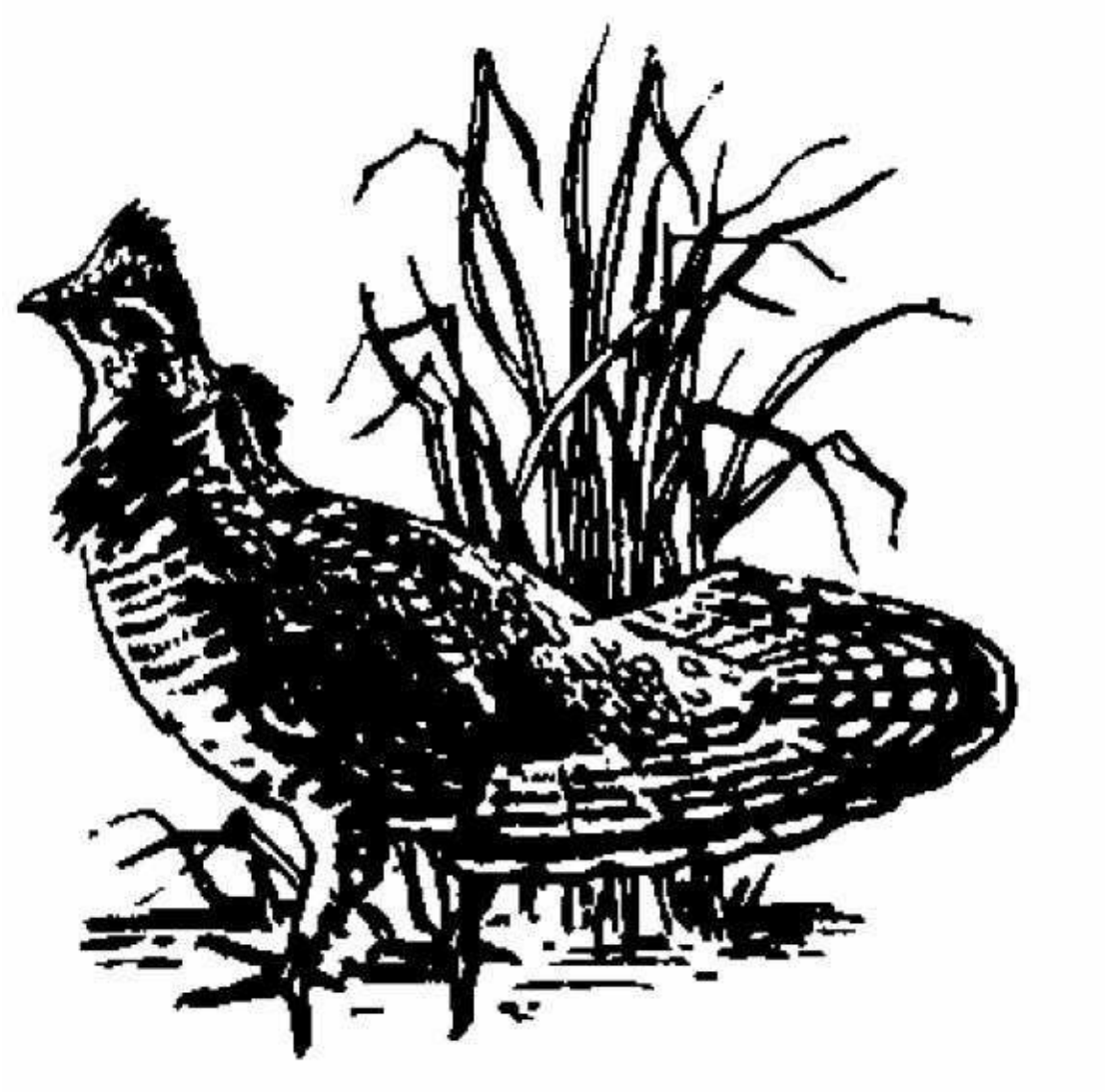
Unutmayın ki siyah, içsel ve dişil enerjinin rengidir. Özellikle baş çevresindeki mor ve bronz renkler, genellikle duyguların düşünme sürecimizi etkilediğini gösterir. Sığırcık kuşu bu durumu düzeltmemize yardımcı olabilir.

Çiftleşme mevsiminde erkek karga kuyruğunu katlayarak elmas benzeri bir oluk oluşturur. Bu elmas şekli genellikle harekete geçmeyi yansıtır. Duygusal durumlara ilişkin olarak aktif olma ihtiyacına işaret eder. Duygularımızda çok mu pasif kaldık? Hayatımızdaki duygusal durumları düzeltmek için hiçbir şey yapmadan sadece tekrar tekrar konuşup duruyor muyuz? Karga gürültülü, geveze bir kuştur ve konuşmayı bırakıp bir şeyler yapmamız gerektiğinin bir hatırlatıcısı olabilir.

Sığırcıklar da oldukça sosyal kuşlardır. Dengesiz duygusal durumlar içinde olan insanların her sosyal ortamda sürekli olarak bu durumları anlatıp

tekrar tekrar dile getirmeleri alışılmadık bir durum değildir. Sorunlardan bahsetmek iyileştirici olabilir, ancak birçok sosyal etkinlik, bu durumları ve duyguları daha da kötüleştirmekten başka bir işe yaramaz. Bu da yine, bir şeyler hakkında çok fazla konuşup, onlar hakkında bir şeyler yapmadığımızı yansıtabilir.

Sığırcıkların ağızlarının içindeki sert damakta, meşe palamutlarını kesip yemelerine yardımcı olan bir omurga bulunur. Sık sık duyduğumuz bir ifade vardır: "Zor bir iş." İşte bu, sığırcığın bir totem olarak üstlenebileceği rolü yansıtır. Yapıcı bir şekilde ele almak...



Duygularımız ve hayatımızda onları tetikleyen insanlar ve olaylar, çözülmesi zor bir bilmece olabilir. Sığırcık kuşu bize bunu en iyi nasıl yapacağımızı gösterebilir.

Sığırcıklar çam ağaçlarında yaşamayı severler. Çam ağaçları duygusal durumlar için oldukça iyileştirici etkiye sahiptir. Çiçek özleri olarak bilinen bir homeopatik tıp biçiminde, çam özü özellikle suçluluk duyguları gibi güçlü duygusal durumları hafifletmeye yardımcı olmak için kullanılabilir. Bu da sığırcığın duygularınızı temizlemenize yardımcı olacak bir işaret olarak ortaya çıkmasını yansıtır.

Ele alınmayan duygular hayatımızı tıkayabilir, vücutta bir düzeyde tıkanıklığa yol açabilir veya hatta tıkanıklık yaratabilir. Sığırcık kuşu bu olasılığa karşı dikkatli olmamız gerektiğine dair bir uyarı görevi görebilir, ancak aynı zamanda bunun nasıl önlenebileceğini de gösterebilir. Sığırcık kuşlarının dışkıları, rüzgarla taşındığında zatürre benzeri bir enfeksiyona neden olabilen mantarların üremesine olanak sağlar. 27

Çoğu hastalık semboliktir. Özellikle zatürre benzeri görünümdeki tıkanıklık, duygularımızı içimize attığımızı gösterebilir. Bastırılmış bir ağlamayı veya uzun süredir devam eden bazı sorunlarla ve meselelerle yüzleşmeyi reddetmeyi yansıtabilir. (Durumları ihmal edip, zamanla olgunlaşmalarına izin mi verdik?) Yeni bir hayata ve hayata yeni yaklaşımlara karşı bir reddetmeyi yansıtabilir ve bu nedenle eski duygularla tıkanırız.

Sığırcık kuşu bize bununla nasıl başa çıkacağımızı gösterir. Duyguların doğru ifadesini öğretebilir. Aşırılıkların yaşam enerjimizi nasıl tükettiğini ve büyüme ve hareketin tıkanmasına nasıl yol açtığını gösterebilir. Yaratıcı ve faydalı deneyimlere ve duygu ifadelerine nasıl geri döneceğimizi öğretebilir.

**GROSBEAK**

*AÇILIŞ KONUŞMASI: Aile Kalbinin İyileşmesi*

*GÜÇ DÖNGÜSÜ: İlkbahar ve Yaz*

Gül göğüslü grosbeak, harika bir küçük kuştur. Göğsünde kanayan bir kalbe benzeyen gül rengi bir üçgen bulunur. Bu totem, aile kökeninden gelen eski yaraları ve acıları iyileştirmeyi öğrenmemize yardımcı olabilir.

**Gül Göğüslü Grosbeak**

Bu güzel küçük kuş, bize doğru aile ilişkileri hakkında çok şey öğretebilir. Ailevi yaraları iyileştirmemize ve aile sevgisini yeniden canlandırmamıza yardımcı olabilir.

Bir saksağan kuşunun güzel ve melodik bir sesi vardır. Bu önemlidir. Melodi, notalar arasındaki ilişkiyle oluşur. Tek bir nota melodi oluşturmaz. Saksağan kuşu, aile ilişkilerimizi gerçek bir melodi olarak görmemize yardımcı olabilir; her nota ayrıdır ancak daha büyük bir bütünün parçasıdır. Ailemizin yaşam kalıplarımızın çoğunu nasıl etkilediğini görmemize yardımcı olabilirler.

İri gagalı kuşlar ailelerine karşı çok iyidir. Erkek kuş, sevgi dolu bir eş ve iyi bir ebeveyndir. Yumurtaların üzerinde kuluçkaya yatmak zaman alır. İyi bir geçim sağlayıcıdır. İri gagalı kuş, ebeveynlik sürecinde yeni bir gurur ve asalet duygusu uyandırır.

İri gagalı kuş göçmen bir kuştur ve kış aylarını Orta ve Güney Amerika'da geçirir. İri gagalı kuşu totem olarak görenler için, bu bölgeyle bağlantılı geçmiş yaşam olasılıklarını araştırmak isteyebilirsiniz. Bunlar muhtemelen mevcut ailenizin de önemli bir rol oynadığı yaşamlar olacaktır. Bu, mevcut aile üyelerinizle birlikte, mevcut yaşamınıza taşıdığınız aile kalıplarını görmenize yardımcı olabilir.

**Keklik**

*AÇILIŞ KONUŞMASI: Kutsal Dans ve Davul Çalma*

GÜÇ DÖNGÜSÜ: *İlkbahar*

Orman tavuğu, sülün benzeri bir kır ve çalılık kuşudur. Son derece dayanıklı bir kuştur. Soğuk havalarda, karda yürümesine yardımcı olması için ayak parmaklarında saçak benzeri bir yapı oluşur.

Dans etmek ve davul çalmak, her ikisi de kendi başlarına enerjileri harekete geçirmenin güçlü yollarıdır. Bir araya geldiklerinde, daha yüksek bilinç hallerine çekilme fırsatları yaratırlar. Hareket, yaşamın bir parçasıdır.

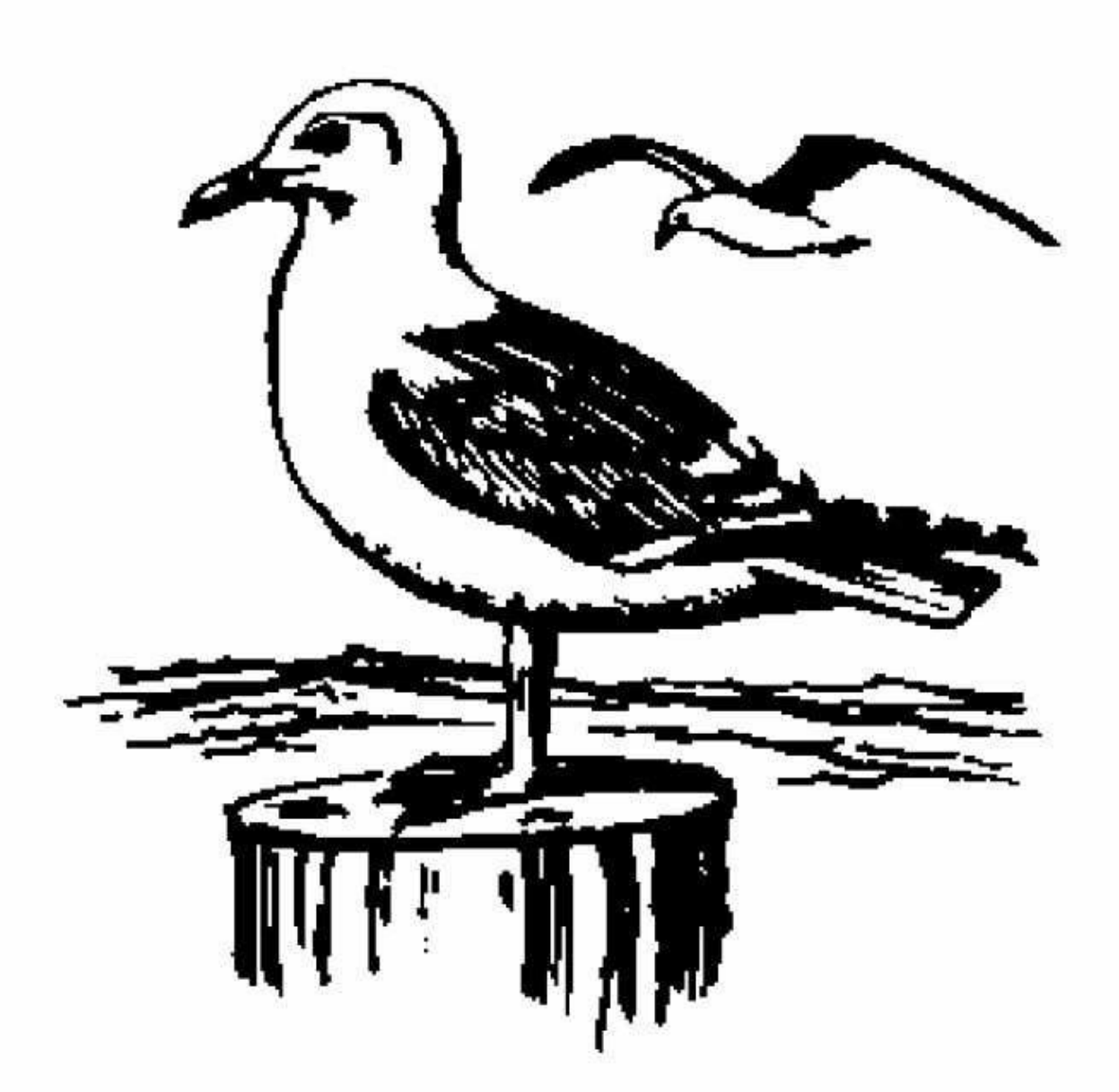
Ritmik hareket hayat yaratır. Tüm insan faaliyetleri bir tür dans ve ritüeldir. Keklik bunun dinamik bir sembolüdür.

Dini ve kutsal dans, dünyanın her yerindeki toplumların işlevsel bir parçası olmuştur. Şamanlar ve rahipler, trans halleri yaratmak için davul ve dansı kullanmışlardır. Dairesel danslar güneşin yolunu taklit ederken, zincir ve spiral danslar erkek ve kadın enerjilerini birbirine bağlamak için kullanılmıştır. Gerçek kutsal dans çok eskidir; içsel bir ruhun dışa vurumudur.

Kutsal dans ve davul çalma, insanlığın ötesine geçmenin bir yoluydu. Dansçı, duyguları ve enerjileri uyandırarak ve ardından bunları dans yoluyla yönlendirerek, normalde otomatik olan tepkiler üzerinde kontrol kazanabilirdi. Bu şekilde, bu düşük enerjilerin ötesine geçmek mümkün olabilirdi. Kekliklerin öğretebileceği şey de budur.

İlk kez bir kekliğin dansıyla karşılaşmam dört beş yıl önce Superior Ulusal Ormanı'nda oldu. Bir tepeyi aşarken, bir keklik ormandan çıkıp yolun ortasına geldi. Orada spiral hareketini yapmaya başladı. Yaklaştıkça dansına devam etti ve beni yolun dışına, ağaçlık boyunca uzanan çalılıklara doğru sürükledi. İnanılmaz bir gösteriydi. O zamandan beri seyahatlerimde birçok

başka karşılaşma yaşadım ve bunlar bana her zaman hareketlerimi zorlamamam, doğal ritmi ve spirali takip etmem gerektiğini hatırlattı.



Yaşam. En yaygın iki keklik türü, ense tüylü keklik ve adaçayı kekliğidir. Enense tüylü keklik, boyun ve omuz çevresindeki siyah tüylerden oluşan yakası nedeniyle bu şekilde adlandırılır. Bu çok semboliktir. Boyun ve omuz bölgesi, baş ve gövde, üst ve alt kısım arasındaki bağlantı noktasıdır. İkisi

arasında bir köprüdür. Tüm köprüler, bir geçişi ve yeni alemlere açılmayı sağlar.

Orman tavuğu, yeni ritimler ve yeni hareketlerle çalışmanın, hayatınıza yeni bir enerji akışı açmak için faydalı olacağını yansıtır. Dans ve davul çalmak, sizin için yeni ufuklar açacak harika araçlar olacaktır. Bu, gidip dans dersi almanız gerektiği anlamına gelmez, sadece pratik yapın ve serbest ifadelerinizi geliştirin. Kendi enerjinizdeki değişikliklere şaşıracaksınız.

Hayatınızda yeni kalıplara ve alanlara doğru dans ederek ilerlediğinizi hayal edin.

Eğer keklik hayatınıza girdiyse, dansı kullanın. Değiştirmek, gerçekleştirmek veya arzuladığınız bir şeye odaklanın ve bunu yansıtan kendi hareketlerinizi yaratın. Bunu davul müziği eşliğinde yapın. Ardından enerjinin sizin için ne kadar hızlı akmaya başladığını izleyin. Doğru niyetle yapılırsa, bir haftadan kısa sürede sonuçları göreceksiniz.

Adaçayı tavuğu, Amerikan tavuklarının en büyüğüdür. Büyük hava keseleri, dikenli kuyruğu ve sert, beyaz tüylerden oluşan kabarık yelesiyle gösterişli bir şekilde bölgesini koruyan bir hayvandır. Kutsal alanını yaratmak için kendine özgü bir dansı vardır. Bölgeciliğe bakmanın bir yolu da kutsal alan bakış açısından bakmaktır.

Dairesel dans, bir yaratım eylemidir. Kutsal alanın işaretlenmesidir. Dairesel dans yapıldığında, birey zihninde kutsal bir alan yaratır; dünyalar arasında bir yer, dünyaların kesiştiği bir nokta. Wiccan inançlarında daire oluşturma ve işaretleme, genellikle güç konisi yükseltmek olarak adlandırılır. Dairesel hareket, katılımcıların iradesi ve ritüel araçlarıyla güçlendirilen bir enerji girdabı yaratır. Bir keklik kendini gösterip dairesel bir şekilde hareket ettiğinde, kutsal alanını işaretlemektedir.

Keklik avına çıkanlar için hayatınızda kutsal bir alan belirlemeniz gerekir. Başkalarının girmesine izin vermediğiniz bölgeler ve alanlar olduğundan emin olun. Bu, kendi doğal ritimlerinizin ve hareketlerinizin çok fazla dış etki olmadan sizin için oluşmasını sağlar.

Uzun süre boyunca, kekliklerin ilkbaharda çıkardığı boğuk davul sesini nasıl gerçekleştirdiği konusunda kafa karışıklığı vardı. Günümüzde ornitologlar bunun, hızla çırpınan kanatlarla yaratıldığını biliyorlar. Keklik kanatları havayı çırpıyor. Davul sesi titreşimini harekete geçiriyor ve gücünü rüzgarlara yayıyor.

Orman tavukları koruyucu ebeveynlerdir. Yavruları tehdit edilirse, anne tüylerini kabartarak size doğru koşar veya avcıyı yavrularından uzaklaştırmak için yaralanmış gibi yapar. Bu davranışın içinde, gerektiğinde rol yapabilme, görünüş için ritmi değiştirebilme yeteneği gizlidir.

Keklik, sülün ve benzeri türlerle birlikte, uçuş sırasında çıkardıkları vızıltılı seslerle sık sık ilişkilendirilir. Keklik, bu kalkış sesini genellikle korkusuz olduğunu göstermek için kullanır. Gerçekte ise bu, bölgedeki diğerlerine bir uyarı niteliğindedir. Keklik, isterse yumuşak bir şekilde uçma yeteneğine de sahiptir. Ritmin etkili olması için duyulabilir olması gerekmez. Eğer keklik hayatınıza girdiyse, yeni ritimler ve hayatınızı yeni boyutlara taşıyacak dans ve ritim öğretileriyle karşılaşmayı bekleyin.

**MARŞLAR (BALIKÇIL/DENİZ)**

*AÇILIŞ KONUŞMASI: Sorumlu Davranış ve İletişim*

ENERJİ DÖNGÜSÜ: *Yıl boyu*

Martılar harika kuşlardır. Çoğu insan, özellikle sahil beldelerinde, onları zararlı böcekler olarak görme eğilimindedir. Ancak insanlarla temasın olmadığı doğal ortamlarında davranışları çok farklıdır.

Deniz martıları -ya da doğru adıyla ringa martıları- aslında kıyı kuşlarıdır ve nadiren karadan uzaklaşırlar. Kıyı şeritleri büyük gizem ve sihir yerleridir. Ne kara ne de denizdir; ikisinin arasındadır. Genellikle peri temasıyla ilişkilendirilen bölgelerden biridir. Bu nedenle martılar, özellikle su perileri ve ruhlarıyla iletişim kurmayı öğretmeye yardımcı olabilirler.

Bu fikir, gul kuşunun hem su hem de hava elementiyle ilişkilendirilmesi gerçeğiyle daha da güçlenmektedir. Yüzme ve uçma yeteneklerini birleştirebilen bir kuştur. Suda çok iyi yüzer.

İki alemde de nasıl çalışılacağını biliyor; her ikisine de uygun davranışları biliyor. Bu, size normal olanın dışında diğer boyutlarda nasıl davranacağınızı ve çalışacağınızı öğretme yeteneğini yansıtıyor.

Bir gul'un görünmesi genellikle uygun davranış, nezaket ve iletişim konusunda dersler veya yetenekler gerektirdiğini gösterir. Bu, bu derslere ihtiyacınız olduğunu veya bu konularda öğretmen olabileceğinizi yansıtabilir. Ayrıca iletişimin inceliklerinde yeni bir öğrenmeyi de yansıtabilir.

Güller karmaşık bir davranış kuralları sistemi geliştirmişlerdir. Tüm ritüel faaliyetleri için düzenli bir sinyal kodu oluşturmuşlardır. İşaretler ve jestlerin bir kombinasyonunu kullanırlar. Bu nedenle size insanları daha etkili bir şekilde okumayı öğretebilirler. İletişimin inceliklerini, açıkça ifade edilmeyenleri anlamanıza yardımcı olabilirler. Satır aralarını okumanıza ve başkalarının beden dilini anlamanıza yardımcı olabilirler. Psikolojik iletişim teknikleri konusunda bilgi sahibidirler.

Martılar ayrıca plajların ve kıyıların temiz kalmasına da yardımcı olurlar. Ekolojik kuşlardır. Totem olarak görünmeleri, genel olarak ekoloji alanında çalışmak veya kendi yaşamınızın kıyı bölgelerini temizlemek için fırsatlar sunabilir.

Yavrular yemek konusunda çok seçicidirler. Yemek yemeleri için uyarılmaları gerekir ve kırmızı renk onların yemek yeme uyarıcısıdır. Yetişkin dişi martıların gagalarında kırmızı bir nokta bulunur. Yavru martılar, ancak bu noktaya dokunarak bir şeyler yiyebileceklerini bilirler. Bu süreç birçok ince dersi yansıtır.

Bu, doğru beslenme alışkanlıkları, diyetin (fiziksel ve diğer açılardan) uyarılması ve daha fazlasıyla bağlantılıdır. Bu konu üzerine meditasyon yapmak, kendi yaşam kalıplarınız ve uyaranlarınız hakkında harika içgörüler ortaya çıkaracaktır.

**ŞAHİNLER**

*AÇILIŞ KONUŞMASI: Vizyoner Güç ve Koruyuculuk*

*GÜÇ DÖNGÜSÜ: İlkbahar ve Sonbahar Ekinoksları - Yeni Ay*

Şahinler, yırtıcı kuşlar arasında en ilgi çekici ve gizemli olanlardan biridir. Onlar, gökyüzünün habercileri, koruyucuları ve vizyonerleridir. Şahinler ve baykuşlar, tüm yırtıcı kuşlar arasında en keskin gözlere sahiptir.

Şahinler boyut, görünüm ve yaşam ortamları bakımından çeşitlilik gösterir. O kadar çok farklı tür vardır ki, bazen onları birbirinden ayırt etmek zorlaşır. Bataklık şahinleri, orman şahinleri, deniz şahinleri ve çayır şahinleri vardır. Şahininizin bulunduğu ortam, enerjilerinin yaşamınızda nasıl tezahür edeceğine dair size çok şey anlatacaktır.

İnsanlar bir şahini diğerinden ayırt edemeseler bile, onun şahin ailesinin bir üyesi olduğunu anlayabilirler. Tüm şahinler etkileyicidir ve hayal gücünü harekete geçirir. Avlanma yetenekleri, keskin görüşleri, güçlü uçuşları ve diğer davranışları dinamik sembollerdir.

Çoğu yırtıcı kuş türünde, aynı türün erkek ve dişilerinin renkleri birbirine çok benzer. Ancak neredeyse her zaman dişi daha büyüktür. Bunun büyük ölçüde annenin yuvayı korumasıyla ilgisi vardır. Birçok şahin ömür boyu eşleşir, kızıl kuyruklu şahin buna bir örnektir. Eşleşmiş kuşların birlikte kalma süresi genellikle yavrularını büyütmek için geçirdikleri mevsim sayısıyla belirlenir.

Şahin türlerinin ve davranışlarının incelenmesi birçok şeyi ortaya çıkaracaktır. Örneğin, balık kartalı, ana beslenme şekline dayanarak bazen "balık şahini" olarak adlandırılır. Bu muhteşem kuş, neredeyse tamamen beyaz başı nedeniyle sıklıkla kartalla karıştırılır, ancak alt kısmı tamamen beyaz olan tek büyük şahindir. Beyaz göğsü, avlandığı suların beyaz köpüğünü yansıtıyormuş gibi, kıyı bölgelerinde en çok bulunur. Diğer örnekler arasında, sıklıkla diğer kuşlarla beslenen Cooper şahini, atmaca ve sivri gagalı şahin yer alır. Kemirgenler ve benzeri hayvanları yeseler de, yiyeceklerinin çoğu tüylüdür. Bu, "Ne yersen, o olursun" şeklindeki eski fikri yansıtır.

Her şahin türünün tüm özelliklerini incelemeye yerimiz yok, ancak bir türü daha yakından ele alacağız. Bu tür, şahin ailesinin en kalabalık üyesi olan kızıl kuyruklu şahindir. Adını kuyruk tüylerindeki belirgin renkten almıştır. Sadece olgun kızıl kuyruklu şahinlerde bu renk bulunur. Genç olanların gözleri de daha açık renklidir ve bu da onları daha olgun akrabalarından ayırır.

Kırmızı kuyruk çok semboliktir. İlkel yaşam gücünün merkezi olan kundalini ile bağlantılıdır. İnsan vücudunda omurganın tabanında, kuyruk kemiğinde bulunan kök çakra ile ilişkilidir. Kırmızı kuyruklu şahini totem olarak benimseyenler kundalini ile çalışıyor olacaklardır. Ayrıca bu kuşun hayatınızda ancak kundalini aktif hale geldikten sonra totem haline geldiğini de yansıtabilir. Çocukluk vizyonlarının güçlendiğini ve gerçekleştiğini de

yansıtabilir. Ruh amacınıza daha dinamik bir şekilde doğru ilerlemeye başladığınız noktada totem olarak ortaya çıkabilir.

Kızıl kuyruklu şahin, süzülen şahinler grubu olan Buteo ailesinin bir üyesidir. Hava akımları üzerinde süzülme ve kayma yeteneği, şahinin öğretebileceği şeylerden biridir. Bu türün bir parçası olmasına rağmen, çoğunlukla ağaç tepelerinde ve elektrik direklerinde tünemiş halde, olağanüstü görme yeteneğini avını bulmak için kullanırken görülür. Ayakları yere sağlam basarken nasıl yükseklere uçulacağını öğretir.

Şahinler zaman zaman daha küçük kuşlar tarafından rahatsız edilir ve saldırıya uğrar. Bu, şahini totem olarak benimseyenler için çok önemlidir.

Bu, sizi veya yaratıcı enerjinizin çeşitli ve farklı kullanım alanlarını anlamayacak kişiler tarafından muhtemelen saldırılara maruz kalacağınız anlamına gelir. Yükselme yeteneğinizi eleştirebilirler.

Kızıl kuyruklu şahin genellikle bir bölgede kalıcı olarak yaşar, ancak zaman zaman göç edebilir. Bu kalıcılık, bir totem olarak bu şahinin ortaya çıktığı anda sizinle kalıcı olarak birlikte olacağını yansıtır.

Yanlışlıkla "tavuk şahini" olarak adlandırılsa da, kızıl kuyruklu şahin çoğunlukla tavşan, kemirgen ve yılanlarla beslenir. Uyarlanabilir beslenme alışkanlığı, hayatta kalmasına yardımcı olmuştur. Kızıl kuyruklu şahin, gerçekte Cooper şahini gibi kuş şahinlerinden biri olmasına rağmen, sıklıkla tavuk öldürmekle suçlanmış ve bu nedenle vurulmuştur.

Genel kabul gören görüşe göre kızıl kuyruklu leylekler ömür boyu eşleşirler. Hem erkek hem de dişi yavruların bakımına yardımcı olur. İlkbaharda iki ila üç yumurta bırakılır. Yuvalarını her türlü davetsiz misafire karşı şiddetle savunurlar. Yıllarca kendi bölgelerine bağlı kalırlar. Ve 14 yıla kadar yaşayabilirler.

vahşi doğada yıllar.

**Kızıl Kuyruklu Şahin**

Bu güçlü kuş, vizyoner gücü uyandırabilir ve sizi yaşam amacınıza yönlendirebilir. O, haberci kuştur ve nerede görünürse görünsün, dikkat edin. Bir mesaj geliyor.

Bu “14” sayısı önemlidir. Tarot destesinde 14. kart, Ölçülülük kartıdır. Bu kart, psişik yeteneklerin ve vizyonun daha yüksek ifadelerinin öğretisini temsil eder. Astral projeksiyonun (bedenden yeni uçuşlar) geliştirilmesinde kullanılabilir. Yaşam enerjilerinizin (kundalini) aktivasyonu ve bunun cesurca ifadesiyle bağlantılıdır. Ölçülülük içinde güzellik ve uyumu öğreten arketipsel güçlerle ilişkilidir. Daha yüksek bilinç seviyelerinin anahtarlarını elinde tutar.

Daha yüksek bir seviyeye yükselmek, psişik enerjilerin hızlı bir şekilde gelişmesini sağlayabilir. Kızıl kuyruklu şahin, bu duyuları dengelememize ve uygun şekilde kullanmamıza yardımcı olur. Hayattaki gerçek amacımızı keşfetmek için gerekli dengeyi öğretir. Eğer toteminiz kızıl kuyruklu şahin ise, 14. tarot kartı üzerine meditasyon yapmak, bu şahinin yaratıcı enerjinizi ruh amacınızı tezahür ettirmek için nasıl kullanmanıza yol açacağını görmenize yardımcı olacaktır.

Kızılkuyruklu kuşun kızıl rengi, yaşamınızda etkili olan daha yoğun bir enerjiyi yansıtır. Fiziksel, duygusal, zihinsel ve ruhsal güçlerin yoğunluğunu gösterir. Bu kuş, umudu ve yeni fikirleri harekete geçiren bir katalizördür. Yeniye açık olma ihtiyacını yansıtır veya gösterir.

Başkalarına yeniye açık olmayı öğretmenize yardımcı olabileceğiniz yollar.

Pueblo halkı için kızıl kuyruklu şahin, kızıl kartal olarak biliniyordu. Tüyleri ve enerjisi, şifa törenlerinde ve yaşam için gerekli olan yağmur ve suları getirmek için kullanılıyordu. Ojibwa halkı için kızıl kuyruklu şahin, liderliği, sağduyuyu ve öngörüyü temsil ediyordu.

“Şahin, tanrıların habercisi Merkür'e benzer. Şahin tıbbı size gözlemci olmayı öğretir... Hayat size sinyaller gönderiyor.”[9] Kızıl kuyruklu şahin kanatlarını çok geniş bir şekilde açabilir ve size de yaratıcı enerjilerinizi aynı şekilde kullanmayı öğretebilir. Hayatınızın vizyonunu genişletebilir.

Gagası ve pençeleri, gözlemciler tarafından her zaman yorumlanan özelliklerdir. Özellikle kızıl kuyruklu şahinlerde, bu özellikler en çarpıcı olanlardır. Korkusuz bir kuştur. Zehirli yılanlarla bile başa çıkabilir. Zehirli ısırıklara karşı korunmasına yardımcı olan pullu bir bacağı vardır ve yılan avını yakaladığı anda başını koparır. Colorado'ya yaptığım bir seyahatte, Kansas'tan geçerken, bir kızıl kuyruklu şahinin bir yılana doğru hızla dalışını görme şansına sahip oldum. Saniyeler içinde tekrar havalandı ve yolumu kesti. Yılanın başının sadece birkaç deri ipliğiyle sallandığını görebiliyordum. O kadar hızlı oldu ki, tam olarak ne gördüğümü fark ettiğimde kızıl kuyruklu şahin ortadan kaybolmuştu.

Bu totem tarafından aktive edilen güçlü enerji (yoğunlaşmış yaşam gücü) nedeniyle, bu toteme sahip bireyler kendilerini nasıl ifade ettiklerine dikkat etmelidirler. Hayatınızdaki herhangi bir yılanın veya düşman olarak gördüğünüz herhangi bir şeyin kafasını koparma yeteneği içinizde ortaya çıkacaktır. Yorumlarınız ve eylemleriniz, şahinin gagası ve pençeleri gibi güçlü ve etkili, ancak parçalama ve/veya öldürme yeteneğine sahip olacaktır. Kızıl kuyruklu şahinin tüylerinin aslında iki aşaması vardır. Bunların her ikisi de bu toteme sahip herkes için önemlidir. Tüyleri yaz aylarında biraz daha açık, kış aylarında ise daha koyudur. Açık renkler genellikle daha neşeli ve sosyal enerjilerin sembolüdür. Daha koyu aşamalar ise yalnız kalma veya biraz geri çekilme zamanını yansıtabilir. Kızıl kuyruklu şahin ve renk aşamaları ayrıca, çok parlak ve yoğun bir şekilde parlayıp tükenmemize karşı korunmamıza yardımcı olur.

Gökyüzü, şahinin alanıdır. Uçuşu aracılığıyla insanlarla ve yüce yaratıcı ruhla iletişim kurar. Vizyonumuzu uyandırır ve bizi yaratıcı bir yaşam amacına ilham eder.

**BALIKÇIL**

*AÇILIŞ KONUŞMASI: Saldırgan Öz Belirleme ve Öz Güven*

GÜÇ DÖNGÜSÜ: *İlkbahar*

Balıkçılların, leylek ve ak balıkçıl da dahil olmak üzere birçok varyasyonu vardır. Leylekler ve turnalar onlarla karıştırılmamalıdır. Balıkçıllar, "suda yaşayan kuşlar" olarak adlandırılan bir kuş grubunun parçasıdır. Bataklık ve sığ sularda yaşayan bir kuştur. Tüm suda yaşayan kuşların benzer fiziksel özellikleri vardır: uzun, ince bacaklar, uzun boyunlar ve sivri gagalar. Bu fiziksel özellikler, balıkçılı totem olarak benimseyenler için anlaşılması önemlidir.

Bacaklar, hayvanların ve insanların yeryüzünde hareket etmesini sağlar. Denge sembolüdürler ve ilerleme ve evrim yeteneğini temsil ederler. Ayrıca bacaklar ne kadar uzunsa, balıkçıl o kadar derin sularda beslenir. Daha derinlerdeki yaşam keşfedilebilir. Balıkçılın uzun ve ince bacakları, dengede kalmak için büyük ve ağır sütunlara ihtiyaç duymadığınızı, ancak kendi başınıza ayakta durabilmeniz gerektiğini yansıtır. Bu, özellikle büyük mavi balıkçıl totemine sahip olanlar için önemlidir, çünkü o yalnız bir avcıdır.

Beslenirken suyun içinde durması, hem yeryüzüyle bağlantıyı yansıtır hem de yeryüzündeki diğer boyutların keşfini ima eder (su elementi). Balıkçıl totemine sahip herkes için yeryüzündeki yaşamın çeşitli faaliyetlerini ve boyutlarını keşfetmek önemlidir. Yüzeyde bu bir tür yüzeysel uğraş gibi görünebilir, ancak balıkçıl totemine sahip olanlar geleneksel "her işe el atan" kişiler olma konusunda harika bir başarı gösterirler.

Bu yetenek, kendi yollarını izlemelerini sağlar. Çoğu insan asla balıkçıl halkı gibi yaşayamaz. Bu yapılandırılmış bir yaşam biçimi değildir ve istikrar ve güvenlik hissi vermez. Ancak bu sadece bir bakış açısı meselesidir. Balıkçıl tıbbında güvenlik vardır, çünkü çeşitli görevleri yerine getirme yeteneği sağlar. Bir yol işe yaramazsa, diğeri işe yarar. Balıkçıl halkı bunu içgüdüsel olarak biliyor gibi görünüyor.

Balıkçıl kuşlarının hayatlarında çok fazla insana ihtiyaç duymadıkları, "komşularla yarışma" veya geleneksel yaşam rollerine uyma baskısı hissetmedikleri görülüyor. Koloniler halinde bir araya geldikleri tek zaman üreme mevsimidir. Benzersizlikleriyle öne çıkarlar ve ortalama bir insanın ilgilenmeyeceği şeylerden ve olaylardan nasıl faydalanacaklarını bilirler.

Büyük mavi balıkçıl, bataklığın kralı olarak kabul edilir, ancak kısa kulaklı baykuşun balıkçılın bakış açısını değiştirdiği de bilinmektedir.

Balıkçıl kuşlarının en uzun kuyruklu olanıdır ve uçarken başı geriye doğru düz bir S şeklinde kıvrılır. Bu, hayatta manevra yapabilme ve yaşam koşullarını kontrol edebilme yeteneğinin doğuştan gelen bilgeliğini yansıtır. Bu totemle temsil edilenlerin kendi doğuştan gelen bilgeliğini ve kendi kaderini tayin etme yolunu izlemesi gerektiğinin bir göstergesidir. Sizin için en iyisinin ne olduğunu biliyorsunuz ve başkalarının yönlendirmelerinden ziyade onu takip etmelisiniz.

Uçuş halindeki büyük mavi balıkçıl güçlüdür ve bacakları ile başı düz bir hat üzerinde durur. Avlanırken yavaş ve sinsice ilerleyen bir adım kullanır.

Bir balık gördüğünde, keskin gagasıyla ve hızlı bir şekilde avını yakalar. Bu da, karşısına çıkan fırsatlara yönelik agresif bir yaklaşımı yansıtır.

Yeşil balıkçıl aslında daha çok arduvaz mavisi bir renktedir ve ayırt edici turuncu bacakları vardır. Bu renk kombinasyonu, kendine özgü bir tarzda yaşamanın içsel dengesini yansıtır. Sessizce uçar ve çoğunlukla gece ve alacakaranlıkta uçarken görülür. Tüm balıkçıllar gibi, bataklık kuşudur.

Bu kuşun renginde belirgin mevsimsel değişiklikler vardır. Gözlerinin irisleri sarımsıdan parlak turuncuya döner, bacakları da aynı şekilde. Bu renk üzerine meditasyon yapmak, hayatınızdaki rolü hakkında size birçok içgörü sağlayacaktır.

**SİNEK KUŞU**

*AÇILIŞ KONUŞMASI: Yorulmak Bilmeyen Neşe ve Hayatın Özü*

ENERJİ DÖNGÜSÜ: *Gündüz*

Sinek kuşu belki de kuşların en küçüğüdür, ama aynı zamanda en büyüleyici olanıdır. Bu minik kuşu gören herkes hayret ve neşe duygusuyla dolar. Adını, uçarken veya havada asılı kalırken kanatlarının titreşiminden alır. Çalışırken ıslık çalmanın ne kadar iyi olduğunu hepimiz duymuşuzdur, ancak mırıldanmak çok daha etkilidir. İçsel bir masaj yaratır, sağlığı ve dengeyi geri kazandırır. Sinek kuşu bize bunu hatırlatır. Yaptığımız işte neşe bulmayı ve bunu şarkı söyleyerek ifade etmeyi hatırlatır.

300'den fazla sinek kuşu türü vardır. [28] Bu çok önemlidir. İbrani alfabesinde "şin" harfine 300 sayısal değeri verilmiştir. Bu, ateş ve ilişkiler, geçmiş ve gelecek ile bağlantılıdır. Daha sonra göreceğimiz gibi, bu durum sinek kuşunun kanat hareketine bile yansır. Kanatlarını 8 şeklinde hareket ettirme yeteneğine sahiptir; bu, sonsuzluğun sembolüdür ve geçmiş ve gelecekle, neden-sonuç yasalarıyla bağlantılıdır.

Sinek kuşlarının uzun gagaları ve dilleri, çiçeklerden nektar çıkarmalarını sağlar. Aslında, çiçekler olmadan yaşayamazlardı ve birçok çiçek de sinek kuşlarının tozlaşması olmadan yaşayamazdı. Bu da, sinek kuşunun size kendi nektarınızı nasıl çıkarabileceğinizi öğretebileceği neden-sonuç gizemini yansıtır.

Sinek kuşları, çiçeklerin şifa amaçlı nasıl kullanılacağını bilirler. Bu, çiçeklerin kokusunu, rengini ve bitkisel özelliklerini de içerir. Size çiçeklerden yaşam özünü nasıl çıkaracağınızı ve kendi ilaçlarınızı nasıl yaratacağınızı öğretebilirler - tıpkı Bach çiçek özleri ve diğer çiçek iksirlerinde olduğu gibi. Size çiçekleri şifa vermek ve aşkta kalpleri kazanmak için nasıl kullanacağınızı öğretebilirler.

Sinek kuşu, tüm kuşlar arasında en yetenekli uçucudur. Havada asılı kalabilir. Geriye, ileriye ve yana doğru uçabilir. Aslında yürüyemez; her yere uçar. Bize, yaptığımız şeyden gerçekten zevk alırsak, tüy kadar hafiflediğimizi ve hayatın nektarla dolu olduğunu hatırlatır.

Sinek kuşu kalkışta çok yüksek hızlara ulaşabilir. Ayrıca yüksek hızdayken bile aniden durabilir. Çok yetenekli bir uçucudur ve hiçbir yırtıcıdan korkmaz. Sinek kuşlarının kartalları bile kovaladığı bilinmektedir.

Başka hiçbir kuş geriye doğru uçamaz. Bu, sinek kuşunun geçmişi keşfetme ve ondan neşe özünü alma yeteneğini yansıtır. Sinek kuşu, her durumda neşe ve tatlılık bulmanıza yardımcı olabilir. Hızı, her zaman neşeyi yakalayabildiğiniz kadar çabuk yakalamanız gerektiğini hatırlatır.

Parlak renkleri nedeniyle, sinek kuşu mücevherler ve ışıltılı taşlarla ilişkilendirilmiştir; örneğin, yakut boğazlı sinek kuşu. Ayrıca Peri Diyarı ile de ilişkilendirilmiştir. Bir türüne orman perisi sinek kuşu, diğerine ise mor taçlı peri adı verilmiştir.

Parlak renkleri nedeniyle yağmurla da ilişkilendirilmiştir. Daha özel olarak, genellikle yağmuru takip eden umut dolu gökkuşağıyla ilişkilendirilir. Pueblo Kızılderilileri için, sinek kuşunun gökkuşağı renkleri, uçmadaki büyük gücü ve çiçeklerin etrafında dolanması, onu çeşitli ritüel uygulamalarıyla ilişkilendirmiştir. Yağmuru getirmek ve dayanıklılığa yardımcı olmak için dua çubukları ve törenler kullanılmıştır. 29

Sinek kuşları çok yemek yerler ve besinlerinin çoğu çiçeklerin nektarından (şekerlerinden) oluşur, ancak küçük böcekleri de yerler. Bir sinek kuşu günde 50-60 öğün yiyebilir. Küçük boyutu ve yüksek aktivite seviyesi nedeniyle vücut ısısını hızla kaybeder, bu nedenle yiyecekleri hızla sindirmesi gerekir. Sinek kuşu totemine sahip bireyler kendi şeker seviyelerini takip etmelidir. Çok mu fazla yoksa çok mu az şeker

tüketiyorsunuz? Hipoglisemik misiniz yoksa hiperglisemik misiniz? Hayatınızda yeterince tatlılık yok mu? Hayatın tatlı şeylerinin tadını çıkarmıyor musunuz?

Sinek kuşları çok oyuncudur. Sık sık banyo yaparlar ve banyo yaparken bile suda oynarlar. Ayrıca birbirleriyle kavga ediyor gibi görünürler, ancak kimse zarar görmez. Bilim insanları artık bunların sadece egzersiz ve eğlence amaçlı yapılan sahte kavgalar olduğu konusunda neredeyse hemfikir.

Sinek kuşları son derece bağımsızdır. Çiftleşme zamanı dışında yalnız ve özgür olmayı severler ve bu özgürlüğün tadını çıkarıyor gibi görünürler. Çiftleşme ritüeli sırasında erkek, dişinin dikkatini ve sevgisini kazanmak için elinden gelen her şeyi yapar. Dişi çiftleşmeyi seçerse, erkeğe karşılık verir, aksi takdirde uçup gider.

Dişi sinek kuşları çok çalışkandır. Bu gereklidir çünkü eşlerinden hiçbir yardım almazlar. Genellikle iki yumurta bırakırlar, bu da çok semboliktir. İki, içsel benliğin, doğurmamız ve kendi mutluluğumuzu bulmak için ifade etmemiz gereken dişil yönün sayısıdır.

Sinek kuşları usta mimarlardır. Yuvalarını büyük bir özen ve tasarımla inşa ederler. Bazıları çok karmaşık olsa da, her biri kendine özgüdür. Eğer sinek kuşu sizin evinize yerleştiyse, yeniden dekore etmek isteyebilirsiniz. Belki de size evde neşe yaratmak için bir şeyler yapmanız gerektiğini söylüyordur.

Sinek kuşları da gece boyunca kış uykusuna yatabilir. Vücut sıcaklığı düşer, tüyleri yalıtım amacıyla kabarır ve uyuşuk bir duruma geçer. Tünekte ölmüş gibi görünür. Bu, yaşaması için gerekli enerji kaynaklarının tükenmesini önlemek ve dinlenmesini sağlamak içindir. Sinek kuşunu totem olarak benimseyenler için düzenli ve derin uyku ve dinlenme önemlidir. Kendinizi tüketmemeniz için bu gereklidir.

Kırmızı boğazlı sinek kuşu, göçün bir mucizesidir. Her kış inanılmaz bir yolculuğa çıkar. Günlerce yiyip içerek minik vücudunda yiyecek ve enerji depolar. Ardından sıcak bir iklime ulaşmak için günlerce uçar. Bazılarının Alaska'dan Orta Amerika'ya 2500 mil veya daha fazla yolculuk yaptığı bilinmektedir. Bilim insanları, bu kadar uzun bir yolculuğu gerçekleştirmek için nasıl bu kadar enerji depolayabildiğinden hala emin değiller.

Ama öyle oluyor ve bu yüzden sinek kuşu, imkansız gibi görünen şeyleri başarmanın sembolü haline geliyor. Size kendi yaşam koşullarınızdan neşeli bir yaşamın mucizesini nasıl bulacağınızı öğretecek.

**KERKENEZ**

*AÇILIŞ KONUŞMASI: Zihinsel Hız, Çeviklik ve Zarafet*

GÜÇ DÖNGÜSÜ: Yıl *Boyunca*

Kerkenez, Amerika Birleşik Devletleri'nde bulunan şahin ailesinin en yaygın üyesidir. Amerikan yırtıcı kuşları arasında sadece büyük boynuzlu baykuş bu kadar yaygın olarak bulunur. Aynı zamanda şahin ailesinin en küçük üyesidir. Gökdoğan ve akdoğan daha büyük ve daha hızlıdır, ancak aynı zamanda nesli tehlike altındadır. Gökdoğanın iyileşmesine yardımcı olma çabaları henüz yeni yeni başarıya ulaşmaya başlıyor.

Şahinlerin kadim bir tarihi ve avlanmadaki hızları ve zarafetleriyle ilgili gizemli bir havası vardır. Şahin avcılığı binlerce yıldır varlığını sürdürmüş ve günümüzde de hala uygulanmaktadır. Eğer kerkenez veya şahin ailesinin herhangi bir üyesi hayatınıza totem olarak girmişse, geçmiş yaşam bağlantılarını araştırmak isteyebilirsiniz. Şahin avcılığı Çin'de MÖ 2000'li yıllardan beri uygulanmaktaydı; 30 kral kartallarla ilgilenmekteydi ve şahin avcılığı Orta Çağ Avrupa'sında ve İskandinavya'da büyük popülerlik kazanmıştı. Vikingler avlanmak için sıklıkla şahin ve yırtıcı kuşlar kullanmışlardır.

Amerikan kerkenezine bazen "serçe şahini" de denir, ancak bu aslında yanlış bir isimlendirmedir. Çoğu şahin tüylü avlarla beslenirken, kerkenez öncelikle çekirgeler, böcekler, fareler ve diğer küçük kemirgenlerle beslenir. Nadiren daha küçük kuşları da avlar ve bazı insanlar kerkenezin ev serçelerinin popülasyonunu kontrol altında tuttuğunu iddia eder, ancak bu hiçbir zaman tam olarak doğrulanmamıştır.

Mükemmel bir avcıdır; gözleri, bir böceğin hareketini çok uzaktan bile algılayabilir. Genellikle bir tüneme yerinden avlanır. Gözlem ve dinleme yaparak bir gözlem noktasından diğerine geçer.

Kerkenez genellikle bir tüneme yerinden avının üzerine hızla dalar veya dalıştan önce yaklaşık altı metre yukarıda havada asılı kalır. Bu, yırtıcı kuşlar arasında olduğu kadar çoğu kuş arasında da benzersizdir. Çok az kuş uçarken havada asılı kalabilir. Kerkenez totem olarak kabul edenler için bu çok önemlidir. Hareketin büyük bir hız ve hassasiyetle gerçekleştirilmesini sağlar. Kerkeneze zarafet katar. Durma ve uçuşu en iyi şekilde kullanma yeteneğini ima eder.

**Amerikan Kerkenez**

Bu muhteşem şahin, avının üzerinde havada asılı kalma konusunda eşsiz bir yeteneğe sahiptir. Hızı ve zarafeti, onu totem olarak benimseyenlerde hızlı ve çevik bir zihni uyandırabilir.

Kerkenez, hız ve hareket kontrolünü öğretir. Sabrı öğretir. Kerkenez genellikle fırsatları tanımayı ve yalnızca doğru anda harekete geçmeyi simgeler. Hareket hızını ve doğruluğunu öğretir. Çoğu şahin, avını öldürmek için uçuşu ve dalışı kullanır, sertçe vurur. Kerkenez ve herhangi bir şahin, ne zaman harekete geçeceğimizi bilmeyi, ancak en büyük başarı için eylemlerimize tamamen bağlı kalmayı bize öğretebilir.

Kerkenez hem kırsal hem de kentsel alanlarda bulunur. Şehirde yaşayanlar genellikle çöplük alanlarının veya daha büyük böceklerin bulunabileceği açık, çimenli alanların çevresindeki farelerden beslenirler. Kerkenezleri sık sık ana caddeler veya otoyollar boyunca elektrik ve telefon hatlarının üzerinde otururken, altlarındaki çimenli alanları incelerken görüyorum. Kerkenez şehirde yuva yapar ve kışlar, bu da onu yıl boyunca bir totem haline getirir. Kerkenez avlanmak için açık çimenli alanları tercih eder, ancak avını her zaman bir tüneme yerinden yapar. Kerkenezleri totem olarak benimseyen kişilerin her zaman etraflarındaki her şeyi geniş bir şekilde görebilecekleri bir konumda oturmak veya yerleştirilmek istemeleri alışılmadık bir durum değildir.

Uçan şahinler genellikle uzun kanatları, hızlı uçuşları ve dar kuyruklarıyla tespit edilir. Kanatların şekli genellikle tabanda geniş, sonra geriye doğru kıvrık ve uca doğru sivrilen bir yapıdadır. Bahsedildiği gibi, uçuş halindeyken hız ve sert vuruşlarla avlarını öldürürler.

Erkek kerkenezin kanatları genellikle mavimsi, kuyruğundaki tüyler ise düz, kırmızımsı renktedir. Dişilerin kanatlarında genellikle çizgiler bulunur ve bu çizgiler daha çok pas rengi veya kırmızımsı bir renktedir. Hem erkek hem de dişi kerkenezin yüzünde, favori gibi geriye doğru kıvrılmış siyah tüyler bulunur.

Başlarının genel şekli karemsidir; bu da düşünme sürecinin ve hava unsurunun sağlamlığını ve kontrolünü gösterir. Bu özellik, onları tellere tünemiş diğer kuşlardan ayıran en önemli özelliktir. Ayrıca genellikle tek başlarına tünerler.

Kerkenez, hızlı, zarif ve çevik bir zihni harekete geçirebilen bir kuştur. Size zihinsel yeteneklerinizi daha etkili ve sabırlı bir şekilde kullanarak en çok ihtiyaç duyduğunuz ve arzuladığınız şeyleri nasıl yakalayacağınızı öğretecektir.

**YALIÇKISI**

*AÇILIŞ KONUŞMASI: Yeni Bir Sıcaklık, Güneş Işığı, Refah ve Sevgi*

*GÜÇ DÖNGÜSÜ: Kış Gündönümü ve Mevsimi*

Yunan mitolojisinde Halcyone adında bir kadın ve kocası Ceyx'in efsanesi vardır. Evliliklerinden kısa bir süre sonra Ceyx bir yolculuğa çıkmak zorunda kaldı. Yolculuk sırasında bir fırtına çıktı ve Ceyx boğuldu. Kocası yokken her gün Halcyone, kocasını özleyerek sahillerde dolaştı. Birkaç ay sonra kocasının cesedi kıyıya vurdu.

Halcyone o kadar kederlenmişti ki kendini okyanusa attı. Tanrılar onun sevgisinden ve kederinden etkilendiler ve o ile kocası yalıçapkınlarına dönüştüler. Okyanustan yükselip mavi gökyüzüne doğru mutlu bir şekilde uçtular. Yılın en kısa gününden yedi gün önce ve yedi gün sonra denizlerin sakinleşeceği ve güneşin parlayacağı ilan edildi. Bu zaman dilimi "halcyon günleri" olarak bilinmeye başladı. Bugün, su üzerindeki güneşli tüm günler halcyon günleri olarak kabul edilir.

Yalıçapkını, uzun zamandır barış ve refahın sembolüdür. Hakkında birçok efsane ve batıl inanç vardır. Bunların çoğu, yukarıdaki mite dayanan antik Yunanistan'dan kaynaklanmaktadır. Yalıçapkının vücudu kurutulursa, yıldırımları ve fırtınaları uzaklaştırabilir. Bir dolaba asılırsa, güveleri uzak tutar ve böylece her şeyi, hikayede bulunan aşk kadar taze tutar.

Yalıçapkını, Amerika'da mat, mavi-gri tüyleri ve beyaz alt kısmı olan güzel bir kuştur. Dünyanın diğer bölgelerinde ise çoğunlukla...

Yalıçapkınları parlak mavi ve yeşil renktedir. Eski bir efsaneye göre, tüm yalıçapkınları eskiden donuk gri renkteymiş. Nuh onu gemiden serbest bıraktığında, güneşe ve mavi gökyüzüne doğru uçmuş. Güneşe doğru yükselirken yanmış ve daha parlak bir renge dönüşmüş.

Mavi, astrolojide bolluk gezegeni Jüpiter ile sıklıkla ilişkilendirilen bir renktir. Yalıçapkını, hayatınızda yeni bir sıcaklık, refah ve sevginin ortaya çıkacağının habercisidir. Ayrıca, genellikle krallıkla ilişkilendirilen bolluğu yansıtan koyu bir tepesi vardır.

Yalıçapkının renkleri çoğu kuş arasında benzersizdir. Türün dişisi, erkeğinden daha renklidir. Bazıları bunu Halcyone efsanesine ve onun büyük sevgisinin tanrıları nasıl etkilediğine ve kocasının hayatını nasıl geri getirdiğine bağlar. Bu, özverili bir sevgiyi ortaya koyup tezahür ettirdiğimizde, bize ve en yakınlarımıza yeni bir hayat getireceğini yansıtabilir.

Yalıçapkını, diğer kuşlardan bir başka yönden daha farklıdır. Yalıçapkınları yuvalarını su kenarındaki veya suya mümkün olduğunca yakın yerlerdeki oyuklara yaparlar. Bazen kıyıya on metreye kadar tünel kazarlar. Genellikle tünelin iç ucuna beş ila sekiz yumurta bırakırlar. Yavrular tünelden çıktıklarında genellikle kendi başlarına bir hayat kurmaya hazır olurlar. Totem sahibi ebeveynler, çocuklarına hayattan zevk almayı ve hayatta başarılı olmayı öğretme konusunda yeteneklidirler.

Yalıçapkını totem olarak benimseyen kişilerin suya yakın, tercihen olabildiğince kuzeyde olmaları gerekir. Yalıçapkını kuzey iklimlerini tercih eder. (Kitabın önceki bölümlerinde ele aldığımız gibi, yalıçapkınının kuzey yönünün sembolizmiyle ilişkisini incelemek isteyebilirsiniz.) Avlanabileceği açık su kaynakları olduğu sürece, gidebildiği kadar kuzeye gider.

Yalıçapkını, geçimini balık avlayarak sağlayan cesur bir kuştur. Genellikle göletlerin, derelerin ve nehirlerin kıyılarında uçarken görülür. Küçük balıkları yakalamak için suya dalar. Kendini beslemek için sudan yaşam enerjisi çekme yeteneği, yalıçapkının refah için yeni fırsatlar yaratma yeteneğini yansıtır. Çoğu zaman bir faaliyete balıklama dalmanızı gerektirir, ancak genellikle çok faydalı olduğu kanıtlanır.

Eğer bir yalıçapkını size doğru geldiyse, kendinizi yeni bir şeye dalmaya hazırlayın. Yeni şeylerden kaçınıyor muydunuz? Adım atmaktan korkuyor muydunuz? Yeni bir sıcaklığa mı ihtiyacınız var? Endişelenmeyin. Eğer bir yalıçapkını etrafınızdaysa, boğulmazsınız. Aksine, bunun sonucunda hayatınızda yeni bir güneş ışığı ve refahın açıldığını göreceksiniz.

**DELİ**

*AÇILIŞ KONUŞMASI: Berrak Rüya Görme ve Eski Umutların, Dileklerin ve Hayallerin Yeniden Uyanışı*

GÜÇ DÖNGÜSÜ: *Alacakaranlık ve Şafak*

Dalgıç kuşu sıradışı bir kuştur. Diğer su kuşlarıyla karşılaştırıldığında bile benzersizliğiyle öne çıkar. Kuzey Amerika'daki tüm kuşlar arasında en iyi yüzücüdür ve hatta penguenden bile daha iyi yüzücü olabilir.

Dalgıç kuşu her zaman suyun çevresindedir. Su, elbette, astral düzlemin, rüyaların ve diğer bilinç seviyelerinin kadim sembolüdür. Birçok mit ve hikaye, denizler üzerinden yapılan yolculukları anlatarak yeni bir bilinç durumuna geçişi sembolize eder.

Karada beceriksiz ve sakar olsa da, güçlü bir yüzücüdür. Kanatları yönlendirme sağlar ve ayakları dalgıç paletleri gibi işlev görür. Dalgıç kuşu beş dakikaya kadar su altında yüzebilir. Dalgıç kuşları diğer kuşlardan daha derine dalabilir ve daha hızlı yüzebilirler. Minyatür denizaltılar gibidirler.

Kemikleri hava ile dolu olan çoğu kuşun aksine, dalgıç kuşunun kemikleri katıdır. Dalmak ve batmak için akciğerlerini boşaltır. Kendini idame ettirecek kadar hava tutar. Bu yeteneği sayesinde birçok yırtıcıdan kaçabilir ve ustaca yüzebilir. Birçok trans benzeri durum, nefes alıp vermenin ayarlanmasını gerektirir; genellikle yavaş, neredeyse algılanamaz bir ritme

iner. Dalgıç kuşu bunu öğretebilir, böylece kontrolü korurken farklı bilinç derecelerine girmek daha kolay olur.

Bu yetenek aynı zamanda bireyin rüya halindeyken daha bilinçli hale gelme potansiyelini de yansıtır. Berrak rüya, rüyanızda rüya gördüğünüzün farkına vardığınız zamandır. Ardından rüya senaryosunu değiştirebilirsiniz. Berrak rüya, tamamen bilinçli beden dışı deneyimlerden sadece bir adım uzaktadır. Dalgıç kuşu bir totem olarak ne zaman ortaya çıkarsa, rüyalarınıza dikkat etmeniz için sizi çağırıyor demektir.

Bu, onların daha büyük önem kazanacaklarını ve daha canlı ve renkli hale geleceklerini gösterir. Dalgıç kuşunun ürkütücü ötüşü, kalbinizin derinliklerine sakladığınız tüm umutlarınızın, dileklerinizin ve hayallerinizin yakında yüzeye çıkacağını da anlatıyor olabilir.

Dalgıç kuşu size bir daha onlarla ilgili sorun çıkarmamanız gerektiğini işaret ediyor olabilir ya da gerçekten de musallat olmuş bir halde olabilirsiniz.

Dalgıç kuşu size yeni bilinç halleri öğretecektir. Ayrıca zaten uyandırdığınız bilinç hallerini derinleştirmenize de yardımcı olacaktır. Suya yakın, kıyı şeridinde yaşadığı için, bu çeşitli bilinç hallerini kullanarak yeni boyutlara ve diğer yaşam formlarına (örneğin peri diyarındaki yaşam formlarına) açılmayı öğretebilir. Dalgıç kuşunun çağrısı, peri diyarına girme daveti olabilir. Sirenlerin uzaktan gelen çağrısına benzetilir.

Çoğu insan için, dalgıç kuşunun en ayırt edici özelliği onun çıkardığı sestir. Bu ses, insanın ruhuna ilkel bir şekilde dokunur ve onu etkiler. Dalgıç kuşu aslında çok konuşkandır ve her biri farklı ses ve anlama sahip bir dizi ses çıkarır. Seslerinden biri kurt ulumasına benzer. Bir diğeri ise tiz bir kahkahaya benzer. Sıklıkla bu sesi, yırtıcıları yuvasından uzaklaştırmak için kullanır. Birçok doğa sever için, dalgıç kuşunun sesi, vahşi doğanın gerçek sesidir. Bu ses, onu duyan herkesin içindeki ilkel kıvılcımları harekete

geçirir; bu kıvılcımlar ne kadar uzun süre soğumuş olursa olsun. Sanki bu ses, zihnimizde görmezden geldiğimiz veya dolabın arkasına ittiğimiz her şeyi ortaya çıkarıyormuş gibi.

Dalgıç kuşu da iyi bir uçucudur, ancak diğer kuşların aksine karadan havalanamaz. Kaldırma kuvveti oluşturmak için su üzerinde koşar. Bu da, irade gücünün daha büyük bir ifadesi yoluyla bilinç durumlarını değiştirme yeteneğini yansıtır.

Karada, dalgıç kuşu çok iyi yürüyemez veya sallanarak ilerleyemez ve dalgıç kuşu totemine sahip bir kişi genellikle yalnızca bir veya belki iki ortamda gerçekten rahat olduğunu fark eder. Bu tür insanlar genellikle dönemin geleneksel davranışlarına ve sosyal normlarına uyum sağlamakta zorlanırlar. Ayrıca inişte de zorlanırlar ve bu nedenle size totem olarak gelen dalgıç kuşu, farklı ortamlarda daha rahat olmayı öğrenmenize yardımcı olabileceği için geliyor olabilir.

Totem kuşu olarak dalgıç kuşunu benimseyenler için hayal gücü ve rüya görme yetenekleri (uyanıkken veya uyurken) çok güçlüdür. Görüntüler ve vizyonlar her zaman çok gerçekçi olur ve birey gerçek ile gerçek dışıyı ayırt etmekte zorlanabilir. Dalgıç kuşu bu konuda bize yardımcı olabilir.

Eğer siz de dalgıç kuşu totemine sahip olanlardan biriyseniz, kendinize bazı sorular sormanız gerekiyor. Her şeye pembe gözlüklerle mi bakıyorsunuz? Hayal gücünüzün sizi ele geçirmesine izin mi veriyorsunuz? Hayal gücünüzün ve hayal hayatınızın sizin için çalışmasına izin vermiyor musunuz? Sizi sorun yaratabilecek şeylerden uzaklaştırmak için mi çağırıyor?

Dalgıç kuşuyla ilgili birçok batıl inanç ortaya çıkmıştır. Norveçliler için, ürkütücü ötüşü boğulmakta olan veya yakında ölecek birinin ruhunun sesidir. Birçok Kuzey Hindistan kabilesi, ötüşünün yağmurun yaklaştığını haber verdiğine veya hatta yağmura neden olduğuna inanıyordu. Algonkin Kızılderilileri için dalgıç kuşu, insanüstü bir kahraman olan Glooskap'ın habercisidir. Sibirya'da, havaya yükseldiğinde ölülerin ruhunu cennete götürdüğüne inanılıyordu. Bir Eskimo öyküsünde, dalgıç kuşunun her zaman

bir kuş olmadığı anlatılır. Bir zamanlar iki adam balık tutuyordu, ancak sadece biri balık tutuyordu. Gün boyunca hiçbir şey yakalayamayan adam, diğer adamı yere serdi ve balığını çaldı. Daha sonra, başkalarına anlatamasın diye ikinci adamın dilini kesti. Ardından tekneden denize atıldı. Acı içinde feryat ederken, Büyük Ruh onu duydu ve onu bir dalgıç kuşuna dönüştürdü. Birçok kişi, dalgıç kuşunun ürkütücü çığlığının, bu adamın adalet için haykıran ruhu olduğuna inanmaktadır.

Bütün bunlar bu kuşun gizemini yansıtıyor. Ürkütücü ve gizemli sesi, ışıl ışıl renkleri ve muhteşem yüzme yeteneği, bilinç durumlarımızı değiştirmeyi öğrenerek önümüze açılan olasılıkları hatırlatıyor. Dalgıç kuşu hayal gücünü uyandırıyor ve bize hiçbir umudun, dileğin veya hayalin, onları gerçeğe dönüştürme fırsatları olmadan verilmediğini hatırlatıyor. Ve bu olasılığı kırabilecek tek şey uzlaşmadır. Dalgıç kuşu sizi en büyük hayallerinize ve hayal gücünüze geri götürebilir.

**Saksağan**

*AÇILIŞ KONUŞMASI: Zekanın, Ruhani Varlıkların ve Gizli Bilginin Doğru Kullanımı*

*ENERJİ DÖNGÜSÜ: Kış ve Yaz*

Saksağan, karganın bir akrabasıdır. Parlak siyah bir kafası olan büyük bir kuştur. Saksağanlar meraklı ve biraz da küstahtır ve taşıyabildikleri her şeyi çalmakla ünlüdürler. Bu, buldukları her şeyi kullanma becerilerini yansıtır. Saksağan, bir totem olarak, sahip olduğunuz metafizik veya okült bilgiyi -ne kadar eksik olursa olsun- kullanmanıza yardımcı olabilir. Dikkat etmeniz gereken tek şey, bunun size yapabileceğinden daha fazlasını yapacağını düşünmek ve buna göre hareket etmektir.

Birçok kişi saksağanı, karga ailesinin en zeki üyesi olarak kabul eder. Büyük bir zekaya, uyum yeteneğine ve sosyal organizasyona sahiptirler. En çok

kuzeybatıda bulunurlar ve yönleri incelemek, hayatınızdaki özel rolünü tanımlamanıza yardımcı olacaktır.

Onlar, zekâlarının bir yansıması olarak, fırsatçı ve leş yiyicidirler. Bu nedenle, size eldeki kaynakları nasıl kullanacağınızı öğretebilirler veya hayatınızda "rastgele denemeler" yapma eğilimini yansıtabilirler. Bilginizi veya hayatınızı ilerletmenize yardımcı olabilirler. Görünüşleri çoğunlukla zekânın doğru kullanımı yoluyla ilerleme fırsatlarını yansıtır.

Saksağan, görüldüğü zamanlara ve sayılarına bağlı olarak bazen uğursuz, bazen de uğurlu olarak kabul edilmiştir. Saksağana yönelik bu karışık tepkinin bir nedeni, Nuh'un gemisinin içine girmeyi reddeden ve çatıda tünemeyi tercih eden tek kuş olmasıyla ilgili eski bir hikayedir.

Bu hikâyeden ve saksağanın kendi yuva yapımından, bir saksağanın bir evin çatısına konması durumunda evin asla yıkılmayacağına dair eski bir inanış ortaya çıkmıştır. Saksağanlar yuvalarını çamur ve dallardan yaparlar. Yuvalar genellikle büyüktür ve sıklıkla bir ağacın çatallarına veya dikenli bir çalıya sabitlenirler. Bu, yuvaları sağlam kılar ve aynı zamanda saksağanı, bir bireyi mümkün olduğunca basit ve hızlı bir şekilde yeni alemlere açabilme yeteneğiyle ilişkilendirir. (Dikenli çalılar genellikle ruh ve peri alemine açılan kapıları korur. Çatallı dallar, dünyalar arasındaki kesişim noktalarıdır - yine bir kapı.) Bu yuvalar genellikle bir su yolu boyunca bulunur ve kış ve yaz kullanılabilirler.

Evleri genellikle dağınıktır ve bu, okült bilgiler yoluyla hızlı ve kolay eğlence yöntemleri aramamanız gerektiğine dair bir uyarı olabilir. Evlerinin genellikle çatısı vardır ve yan taraflardan girilir. Totem olarak saksağan, genellikle ruhlar alemine ve metafizik dünyaya farklı bir şekilde rastlayacağınızı gösterir. Oraya girecek ve onu çoğu insandan farklı bir şekilde deneyimleyeceksiniz - ve genellikle alışılmadık bir şekilde.

İskoçların, yürüyüş yaparken kaç saksağanla karşılaşabileceğinize dair bir kehanet tekerlemesi vardı: Bir tanesi üzüntü, iki tanesi neşe demektir.

Üç kişi bir düğün, dört kişi bir doğum demektir.

Beş, vaftiz töreni demektir, altı ise kıtlık demektir.

Yedi cennettir, sekiz cehennemdir.

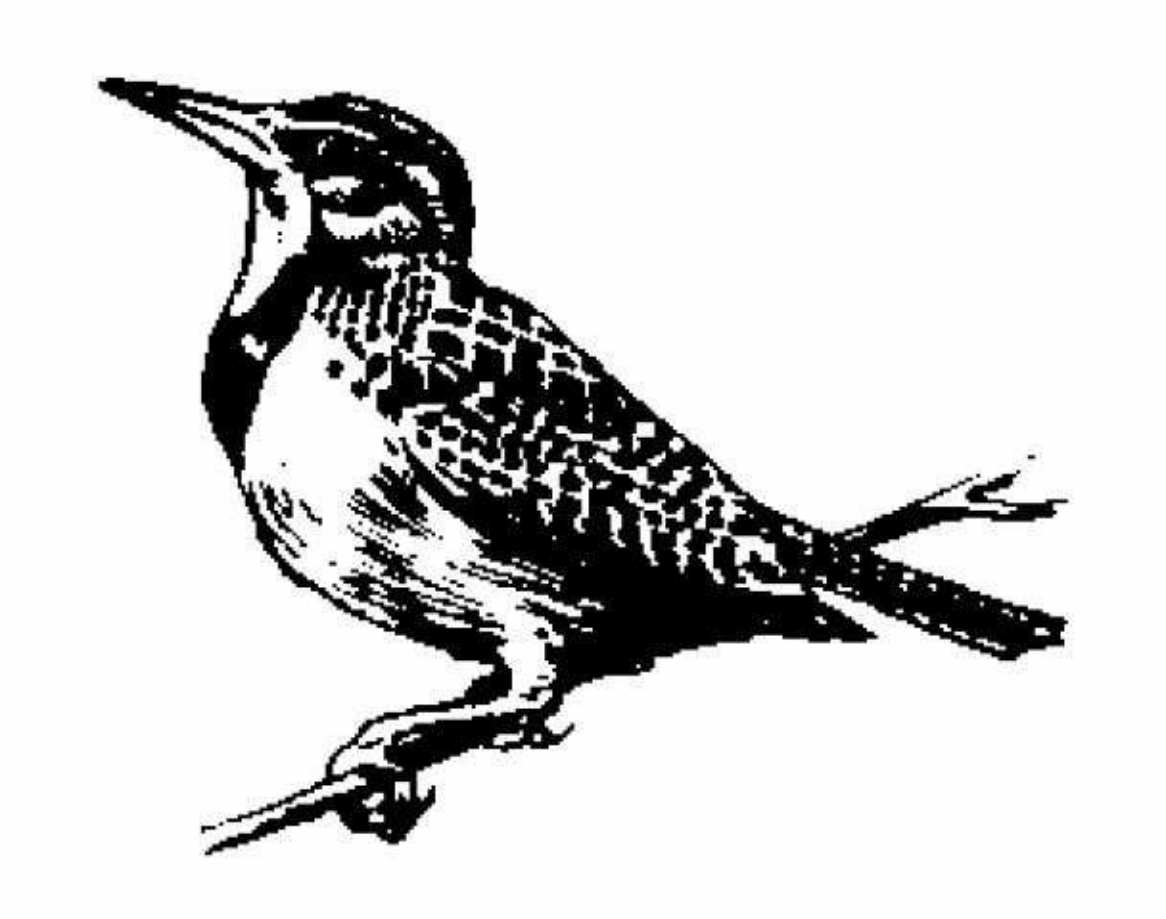
Ve dokuz, şeytanın kendi özüdür. 31

Benzer bir ilişki Amerika Birleşik Devletleri'nde halk geleneğinde de aktarılmıştır. Bir saksağan uğursuzluk getirir ve öfkenin göstergesi olabilir.

İki saksağan neşe ve evliliği simgeler, tıpkı İskoç tekerlemesindeki "neşe" gibi. Üç saksağan başarılı bir yolculuğu gösterir. (Düğünler de bir yolculuk sayılabilir.) Dört saksağan iyi haberi, beş saksağan ise arkadaş toplantısını veya partiyi işaret eder.

Saksağanların cadılıkla bir bağlantısı vardır. Eskiden saksağanların cadıların ve büyücülerin yardımcı ruhları olduğuna inanılırdı. Hayvan biçimindeki ruhlardı. Bu inancın bir kısmı, zekaları ve insan faaliyetlerini keskin bir şekilde gözlemlemelerinden kaynaklanmaktadır. Ayrıca, eminim ki, hırsızlıklarıyla da bağlantılıdır; çünkü cadılar ve büyücüler genellikle iyi karşılanmazlardı.

Zekası ve kurnaz karakteri onu ilginç bir totem haline getiriyor, ancak kolayca kontrol edilemiyor. Kendine özgü bir iradesi olan bir kuş.



Hayvanları yardımcı ruh olarak nasıl kullanacağınız konusunda bilgi sahibi olabilirsiniz. Ayrıca, gizli bilgileri hızlı etkiler için nasıl kullanacağınızı da öğretebilir. Bu kuşun totem olarak kullanılmasının sorunlarından biri, bilginin genellikle eksik olmasıdır. Bilgiyi kullanarak istediğinizi elde edebilirsiniz, ancak bu dolaylı veya alışılmadık bir şekilde olabilir. Düşünmediğiniz başka sonuçları da olabilir.

Eğer hayatınızda saksağan belirdiyse, kendinize bazı ciddi sorular sormanız gerekiyor: Bilginiz var ama onu kullanmıyor musunuz?

En çok ihtiyaç duyduğunuz şeyi elde etmek için sahip olduğunuz tüm becerileri kullanıyor musunuz? Bilgi ve becerilerinizi uygunsuz şekilde mi kullanıyorsunuz?

Saksağan bu soruların cevaplarını bulmanıza yardımcı olabilir. Gizli bilgileri sorumlu ama etkili bir şekilde kullanmayı öğrenmenize yardımcı olabilir. Saksağan, az miktarda gizli bilgiyle hayatınız için neler yapabileceğinizi size gösterecektir.

**MARTIN**

*AÇILIŞ KONUŞMASI: İyi Şanslar ve Toplumsal Barış*

*ENERJİ DÖNGÜSÜ: Geç Bahar ve Yaz*

Kırlangıç, kırlangıç türlerinin en büyüğüdür ve kırlangıcın hayatınızda oynayacağı rolü belirlemenize yardımcı olması için genel olarak kırlangıçları incelemek isteyebilirsiniz.

Kırlangıçların rengi en önemli özelliğidir. Bunlardan mor kırlangıç en dikkat çekici ve en bilinenidir. Rengi nedeniyle ilahi olanla ilişkilendirilmiştir. Rengi ve uçma yeteneği nedeniyle Tanrı'nın yayı ve oku olarak adlandırılmıştır. Kırlangıç uğurlu bir kuştur. Yuva yaptığı, yumurtalarını bıraktığı ve yavrularını büyüttüğü her eve uzun zamandır şans getirdiğine inanılmaktadır.

Eski zamanlarda, kurutulmuş kabaklar kırlangıçlar için yuva olarak asılırdı. Topluluk yaşamına doğal olarak uyum sağlarlar. İnsanlar tarafından yapılan birçok kırlangıç yuvası, devasa apartman komplekslerine benziyor. Komplekseteki diğerleriyle barış içinde yaşarlar ve iyi geçinirler. Kırlangıç bir totem olarak geldiğinde, şansınızda olumlu bir değişiklik arayın. Huzurlu yaşam enerjileri getiren bir kuştur. Topluluk yaşamıyla ilgili birçok sorunu çözmeye yardımcı olabilir. Yeni bir ortama ve topluluğa taşındığınızda üzerinde meditasyon yapabileceğiniz harika bir totemdir. Taşınmayı olumlu hale getirmenize yardımcı olacaktır. Yeni mahalleye entegrasyonunuzu daha keyifli hale getirmeye yardımcı olacaktır.

**ÇAYIR TAVŞANI**

*AÇILIŞ KONUŞMASI: Neşeli Bir İçsel Yolculuk*

GÜÇ DÖNGÜSÜ: *Yaz*

Çayır kuşu aslında bir karakuştur. Genellikle üzerinde siyah bir hilal bulunan parlak sarı bir göğsü vardır. Genellikle içsel benliğinize doğru neşeli bir yolculuğa çıkmak üzere olduğunuzu gösteren bir kuştur. Davranışlarının çoğu, genellikle kendini keşfetmeyle ilişkilendirilen içsel yolculuğu ve hareketi yansıtır.

Bu, sezginin, hayal gücünün, doğuştan gelen yeteneklerin ve hatta Periler Diyarı'nın veya çeşitli diğer olasılıkların keşfi olabilir.

Renkler ve desenler de bu yönü yansıtıyor. Siyah ve sarı, yaz mevsimini ve doğa aleminin faaliyetlerini denetleyen başmelek Auriel ile ilişkilendirilen geleneksel renklerdir.

Hilal, ayın taşıdığı anlamları yansıtır; ay uzun zamandır içsel benlikle ilişkilendirilmiştir.

Davranışları ve aktiviteleri de içsel yolculuğu yansıtır. Kubbe şeklinde bir yuva yapar veya yumurtalarını bıraktığı yerdeki çukurları kullanır. Şekiller içe doğru bir çekilmeyi gösterir. Kuş, rahatsız edilmediği veya şarkı söylemek için tünediği durumlar dışında nadiren yerden ayrılır (kendine yakın kalır). Çoğu kuşun aksine, yerde beslenirken zıplamak yerine yürür. Bu, yeryüzünün havaya göre konumuyla ilgili içsel çevreyle olan rahatlığını yansıtır.

Peki ya neşesi? Çayır kuşu neşeli bir şarkı söyler. Ayrıca uçarken de şarkı söyler; çoğu kuş gibi sadece tünediğinde şarkı söylemez. Açık çayırlarda yaşar ve çayırlar olumlu büyüme ve verimlilik yerleridir.

Çayır kuşu da alışılmadık bir uçuşa sahiptir. Çok sert kanatlarla ve çırpınır gibi bir hareketle uçar. Sırayla süzülür ve kanat çırpar, bu da ona oyunbaz bir uçuş görünümü verir.

Eski simyacılar için tarlakuşu, yüceltmenin sembolüydü. *Random House İngilizce Sözlüğü'ne göre Dilde* yüceltme, "enerjiyi doğrudan hedefinden daha yüksek bir sosyal, ahlaki veya estetik nitelikteki veya kullanım amacına yönlendirme eylemi"dir.

"...daha asil veya daha saf hale getirme eylemi." 32 Çayır kuşu bize kendi içimize dönmenin sevincini bulmayı öğretir. Her bireysel olayın daha büyük bir yolculuğun parçası olduğunu fark etmemize yardımcı olarak, yaşam koşullarımız içinde şarkı söylemenin yollarını bulmamıza yardımcı olur. Size arayışın sevincinin hedefe ulaşmakta değil, yolculuğun kendisinde olduğunu öğretebilir.

**Alaycı kuş**

*ANA KONUŞMA: Kutsal Şarkınızı (Ruh Amacınızı) Bulmak ve Doğuştan Gelen Yeteneklerinizi Tanımak GÜÇ DÖNGÜSÜ: Yıl Boyunca - Gece Gündüz*

Taklitçi kuş, şarkılarda ve öykülerde ünlüdür. Güney'in geleneksel bir sembolüdür ve taklitçi kuşu totem olarak benimseyen herkes bu yönün sembolizmini incelemelidir. Sade bir orman kuşudur, ancak muhteşem bir şarkısı vardır.

Sade görünümüne rağmen, taklitçi kuşun güzelliği herkes tarafından kabul görmektedir. Bu güzellik şarkısında yatmaktadır. Bülbülünkiyle eşdeğer, tüm kuşlar arasında en iyi şarkı söyleyen seslerden birine sahiptir. Ayrıca taklit yeteneği de vardır. Taklitçi kuşlar diğer kuşları, kedileri ve hatta köpekleri taklit edebilir. Bazı taklitçi kuşların 30'dan fazla şarkı ve diğer kuşların seslerini içeren bir repertuarı vardır. Rich Little gibi taklitçi

komedyenlerin, totemlerinden biri olarak bir taklitçi kuşa sahip olmaları gerekir.

Taklitçi kuşlar korkusuz oldukları için insanlara yakın yaşarlar. Ayrıca, şarkıların paylaşılması gerektiği fikrini yansıtan bir şekilde, arkadaşlıktan hoşlanırlar. Tüm yıl boyunca şarkı söylerler ve hatta kuşlar arasında nadir görülen bir özellik olarak uçarken bile şarkı söylerler. Ay ışığında da şarkı söyledikleri bilinmektedir.

Taklitçi kuş size şarkının ve sesin gücünü öğretebilir. Yeni diller öğrenmenize ve onları doğuştan yetenekliymiş gibi doğal bir şekilde söylemenize yardımcı olabilir. Taklitçi kuş bir totem olarak ortaya çıktığı her an, yeteneklerinizi ortaya koymayı öğrenme zamanıdır. Başkalarının sizi nasıl gördüğüne bakılmaksızın, insanların görünüşünüzden ziyade davranışlarınıza dikkat etmesini bekleyin.

Taklitçi kuş, içsel yeteneklerinizi fark etmenize ve onları şarkı söyleyerek ortaya çıkarmanıza yardımcı olabilir. Hayattaki kutsal şarkınızı bulmanıza yardımcı olabilir. Bu kutsal şarkıyı söyleyerek, hayatınızın daha ödüllendirici ve daha anlamlı olduğunu göreceksiniz. Çoğu insan, içsel kutsal şarkısını (yaşam amacını) bilse bile, ona göre hareket etmekten korkar. Taklitçi kuş bu konuda yardımcı olabilir.

Taklitçi kuş cesur bir kuştur. Üreme mevsiminde (içsel şarkısının ve yeteneklerinin gelişmesi sırasında) kedilere ve diğer tüm saldırganlara karşı koyar. Hiçbir küstahlığa tahammül etmez. Yuvasını şiddetle savunur. Yeteneklerine güvenerek davetsiz misafire karşı mücadeleye girişir.

Birçok kuşun aksine, taklitçi kuş yılda iki ila üç kez yumurta bırakabilir. Bu, içsel şarkılarını takip etme fırsatlarının asla kaybolmadığını yansıtır. Her zaman geri dönerler.

Taklitçi kuş, konuşulan ve konuşulmayan, şarkı söylenen ve söylenmeyen dillerin ustasıdır. Vücut dilini okuyabilir ve bu yeteneği size öğretebilir. Hayatta daha başarılı olabilmeniz için tüm iletişim sırlarını öğretebilir. Bu, kendi yiyeceğini bulma biçimine de yansır.

Omuzlarında belirgin beyaz lekeler bulunur. Yürürken ara sıra kanatlarını açarak beyaz lekeleri parlatır. Bu lekeler güneş ışığını yansıtarak bölgedeki böcekleri korkutur. Böcekler tepki verdiğinde, taklitçi kuş onları görür ve akşam yemeği için yakalar.

Başkalarında ince bir şekilde tepki uyandırma yeteneği, taklitçi kuşun size öğretebileceği şeylerden biridir. Hayatınızdaki zararlı böcekleri ortaya çıkarmanıza ve nerede ve kim olduklarını görmenize yardımcı olabilir. Taklitçi kuş, başkalarının kaçırabileceği ince ipuçlarını tanımanıza yardımcı olacaktır. Başkalarının gerçek şarkısını duyarsınız.

Ötücü kuş ne zaman gelirse, kendi şarkınızı söylemek için fırsatlar arayın. Kendi yolunuzu izleyin. Elinizden gelenin en iyisini yapmayı öğrenin ve kendi yaratıcı hayal gücünüzü ve sezgilerinizi kullanarak, sizin ve hayatınız için en uyumlu şekilde ve tonda şarkı söyleyin.

**Sıvacı kuşu**

*AÇILIŞ KONUŞMASI: İnancın ve Yüksek Bilgeliğin Temellendirilmesi*

ENERJİ DÖNGÜSÜ: *Yıl boyu*

Bu küçük kuş, önemsiz gibi görünen ancak incelendiğinde eşsiz özelliklere sahip birçok kuştan biridir. Bu kuş, ayaklarınızın yere sağlam basmasının ve günlük yaşamınızda çağırdığınız manevi enerjileri kullanmanın önemini yansıtır.

Bu durum, kuşun ağaçtan baş aşağı inmesiyle en iyi şekilde yansıtılır. Bu, Yaşam Ağacı'ndan bilgeliği indirmeyi ve onu doğal dünyada uygulamayı öğrenme ihtiyacını yansıtır. Manevi alem, tüm sorunlarımızın kör edici bir ışıkta yok olduğu bir alem değildir. Gerçekleşmeye giden gerçek yol, maneviyatı fiziksel olan içinde tezahür ettirmeyi öğrenmektir. Sıvacı kuşu da bunu öğretir.

Yıllar içinde karşılaştığım birçok medyum ve şifacı, sıvacı kuşunu totem olarak kullanabiliyordu. Ruhsal ve "eterik" alemlerde o kadar kayboluyorlardı ki gerçek dünyada zorluk çekiyorlardı. Gerçek dünyadan kopuk ve genellikle sağlıksızlardı. Ruhsal olana odaklanırken fiziksel olanı ihmal ediyorlardı. Fiziksel olduğumuzu ve ona da ruhsal olana gösterdiğimiz kadar özen ve dikkat göstermemiz gerektiğini unutuyorlardı.

Manevi ve fiziksel alemler hakkındaki ön yargılarımızdan kurtulmayı öğrendikçe, dünyayı farklı bir bakış açısıyla görmeye başlarız. Totem kuşu olan herkes için, tarot destesinin Asılmış Adam kartı üzerinde meditasyon yapmak faydalı olacaktır. Figür baş aşağı tasvir edilmiştir. Sıvacı kuşu, yeteneklerinize inanmayı ve manevi ritimleri ve titreşimleri fiziksel dünyada uygulama konusunda öğrendiklerinize güvenmeyi öğretir.

Bu durum, sıvacı kuşunun ağaçkakanın yol arkadaşı olması gerçeğiyle daha da güçlenir. Yeni ritimler ortaya çıktıkça (ağaçkakan), sıvacı kuşu onları ruhani alemlerden çıkarıp fiziksel hayata indirmek için çalışır. Sıvacı kuşunu totem olarak benimseyen herkes ağaçkakanı da incelemelidir ve bunun tersi de geçerlidir.

Sıvacı kuşunun göğsü beyazdır. Kalpteki beyazlık, inancın ve hakikatin beyazlığıdır. Sıvacı kuşu size hakikatin nerede olduğunu ve ona en etkili şekilde nasıl imanla hareket edeceğinizi gösterebilir. Sıvacı kuşu bize körü körüne iman etmemeyi öğretir. Bize gerçeği söyleyenin mutlaka hakikatin kendisi olmadığını öğretir. Bize güneşi işaret edenin güneş olmadığını

öğretir. Aksine, kendinize olan imanınız aracılığıyla doğru gücü ve eylemi öğretir.

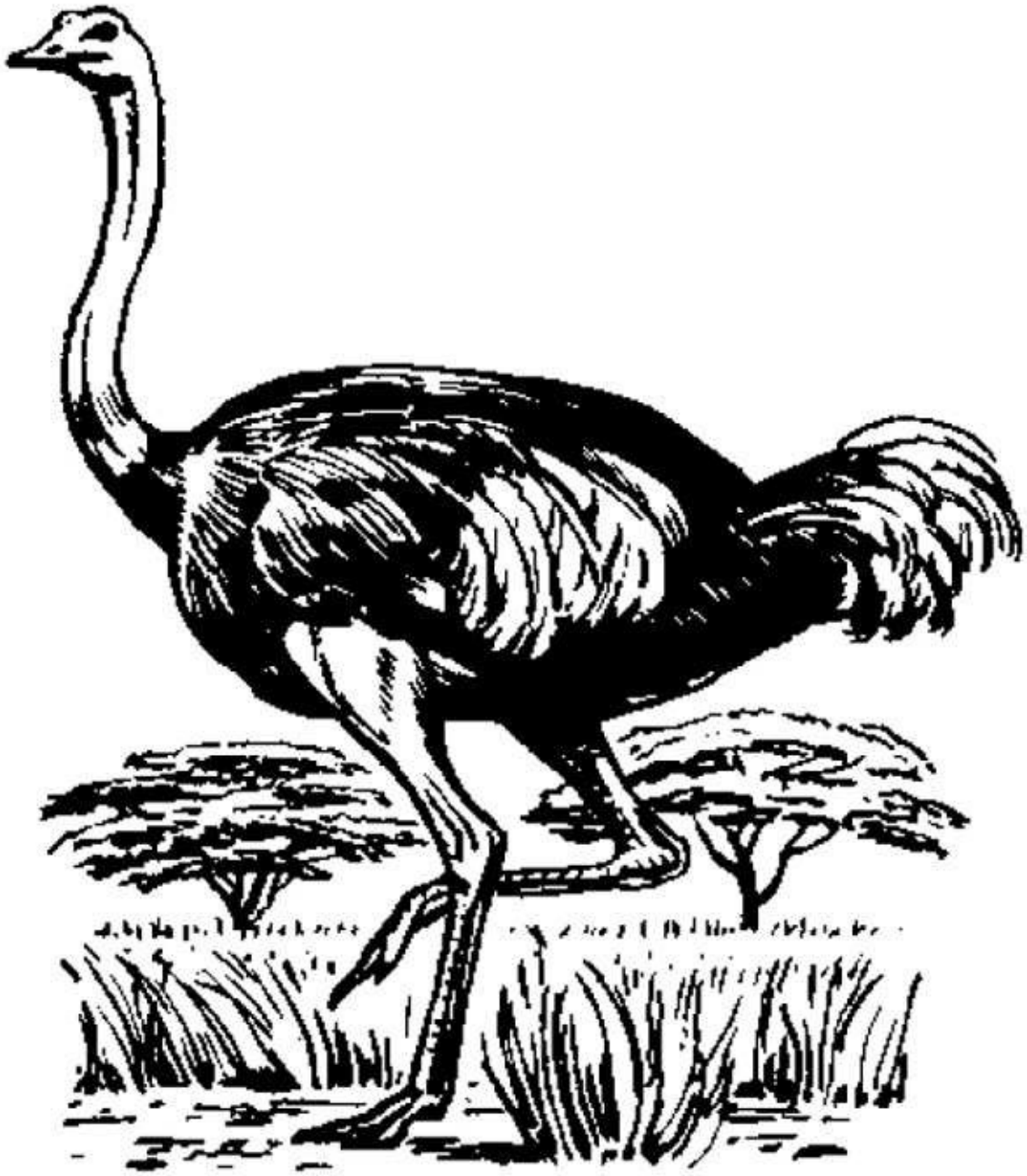
**ORIOLE**

AÇILIŞ KONUŞMASI: Yeni Güneş Işığının Dokunması

GÜÇ DÖNGÜSÜ: *Yaz*

Bu güzel sarı/turuncu ve siyah kuş, birçok kuzey bölgesinde yazın ilk işareti olarak kabul edilir. Berrak, neşeli şarkısı ve parlak renkleri, hayatınıza girmek üzere olan yeni altın güneş ışığının işaretleridir. Bu kuşun adı, Latince'de "küçük altın olan" anlamına gelen *aureolus kelimesinden gelir. Bu da onun temel sembolizmini yansıtır.*

Sarıasma kuşu göründüğünde, iki hafta içinde güneş ışığının ortaya çıkmasını bekleyin. Bu, hayatınızın herhangi bir alanında gerçekleşebilir. Herhangi bir projeyle bağlantılı olarak sarıasma kuşuyla ilgili dualar ve meditasyonlar yapmak, projenin iki hafta içinde harika bir şekilde sonuçlanmasına veya ilerlemesine yardımcı olacaktır. Bunun nedeni, yumurtaların (genellikle 4 ila 6) iki hafta içinde çatlamasıdır.



Erkek kuş genellikle dişi kuşun yakınında bulunur. Bu durum, özellikle yeni güneş ışığıyla bağlantılı olarak birçok anlam taşır. İlişkiler alanında olumlu değişiklikler veya yeni güneş ışığı arayın. Ayrıca kuşun olumlu enerjinin habercisi olduğunu ve birliktelikleri kutsadığını da yansıtır.

Diğer birçok kuşla birlikte belirtildiği gibi, turuncu/sarı ve siyah renkler geleneksel metafizikte doğa ruhlarıyla ilişkilendirilen renklerdir. Özellikle,

gezegendeki tüm doğa ruhu faaliyetlerini denetleyen başmelek Auriel'in renkleridir. Sarıasma kuşu, doğa aleminin tüm üyeleriyle olumlu ilişkilere kapı açabilir.

Evinizde bir sarıasma kuşu veya yuvasının bulunması, perilerin ve elflerin evinize yaklaştığını, hatta yerleştiğini gösterir. Sarıasma kuşu, bitki liflerinden ördüğü, çatallı dallardan sarkan bir yuva oluşturur. Bu sarkma, zamanı ve mekanı askıya almanıza ve ruhunuzun içsel güneş ışığıyla yeniden bağlantı kurmanıza yardımcı olma yeteneğini yansıtır. Çatallar ve kesişme noktaları her zaman alemlerin ve boyutların kesiştiği, kapılar oluşturduğu yerlerdir.

Sarıasma kuşu bir dokumacıdır. Yuvaları karmaşık bir şekilde örülmüştür ve bu, hayatınızı yeni çizgiler boyunca -daha büyük mutluluk getiren çizgiler boyunca- örme yeteneğinizin artmasını yansıtır. Metnin başında, sarıasma kuşlarıyla çalışmak için etkili olan bir dua çubuğundan bahsetmiştim. Dua çubuğu çatallıdır ve bir çatalı siyah, diğeri turuncu renkte boyanmıştır. Herhangi bir yeni girişime ve projeye başlarken güçlü bir araçtır.

Sarıasma kuşu, hayatınızın istediğiniz herhangi bir alanına yeni bir güneş ışığı katmanıza yardımcı olacaktır. Kendi iç çocuğunuzu yeniden keşfetmenize ve hayattan yenilenmiş bir neşe duymanıza yardımcı olacaktır.

**DEVEKUŞU**

*AÇILIŞ KONUŞMASI: Ayakları Yere Basmak*

ENERJİ DÖNGÜSÜ: *Yıl boyu*

Eğer kendinizi biraz dengesiz ve kararsız hissediyorsanız, arkadaşlarınız ve başkaları sizi gerçeklerden uzak olmakla suçluyorsa, devekuşu tıbbıyla çalışmak faydalı olabilir. Devekuşu en büyük kuştur, ancak çoğu kuşun aksine uçamaz. Bu çok sembolik bir durumdur.

Uçmanın yeni bilgeliğe açılmakla ilgili olduğunu unutmayın. Kuşlar, yaşamın daha uhrevi alemleriyle ve daha yüksek bilgiyle bağlantı kurmanın sembolleridir. Uçamayan bir kuş bile bizi bu enerjilerle bağlayabilir. Ayrıca bu enerjileri fiziksel yaşamda kullanmamıza da yardımcı olur. Devekuşu, bu uhrevi zihinsel alemden yeni bilgiler edinmenize ve bunları pratik olarak uygulamanıza yardımcı olabilecek bir kuştur.

Devekuşu, hâlâ bu alemlerle bağlantı kurmamıza ve onlarda kaybolmamızı engellememize yardımcı olabilir. Bu, uzun boynu ve bacaklarında, boyunun bize bir bağlantı sağlamasında yansıtılır. Boyun ve bacakların sembolizmi de incelenmelidir. Yakında çıkacak olan "Şifacının El Kitabı" adlı kitabımda, insan veya hayvan vücudunun ana bölümlerinin sembolizmini ve metafiziksel karşılıklarını ele alıyorum.

Devekuşu karada çok hızlı hareket eder ve ayaklarında büyük bir güç vardır. Tekmeleme yeteneği onun savunma mekanizmasıdır ve ayaklarıyla öldürebilir. Ayaklar, insanların yeryüzüyle bağlantısını sağlayan şeydir ve bu da yine yere sağlam basma fikrini yansıtır. Eğer bir devekuşu totem olarak karşınıza çıkıyorsa, kendinize bazı önemli sorular sorun. Yere sağlam basmıyor musunuz? Bilginizi kullanmaktan ve yeni yüksekliklere ve alemlere uçmaktan korkuyor musunuz? Bilginizi ilerlemek için kullanıyor musunuz? Bilginizi kullanmıyor musunuz? Uçarı mı oluyorsunuz, yoksa çevrenizdekiler mi öyle oluyor?

Devekuşu korktuğunda veya ürktüğünde başını kuma gömdüğü, olup biteni görmeyi veya fark etmeyi reddettiği yönünde eski bir efsane vardır. Bu gerçekte doğru değildir. Devekuşu başını gömmez. Başını koruyucu bir hareket olarak aşağıya indirir. Boyu nedeniyle bu, kendisini ve yumurtalarını daha az görünür kılar. Belki de bir devekuşu size karşı bu duruşu sergiliyorsa, kendinizi daha çok korumayı ve daha az görünür olmayı düşünmelisiniz. Kendinizi savunmasız bir duruma düşürmediğinizden emin olun.

Devekuşu genellikle zebralar ve antiloplar arasında yürürken görülür. Bu hayvanlar devekuşu için böcek ve diğer yiyecekleri ortaya çıkarır. Ayrıca birbirlerini yırtıcı hayvanlara karşı uyarırlar. Eğer devekuşu sizin totem hayvanınızsa, zebra ve antilopları da incelemeniz faydalı olacaktır, çünkü bunlar genellikle evcil hayvanlardır.

Devekuşunun sağlıklı bir iştahı vardır; bu da daha fazla bilgiye duydukları iştahı yansıtır. Sindirim sürecine yardımcı olmak için sıklıkla taş yutarlar. Bu çok önemlidir. Bunu yapan herhangi bir kuş, genellikle bilgiye göre hareket etmeden önce onu özümsemeniz gerektiğine işaret eder. Bilgi sindirilip özümsenmelidir, aksi takdirde kararsız hale gelip onu uygunsuz şekilde kullanabilirsiniz. Devekuşu, yeni bilgileri özümsememize ve ona açık olurken ayaklarımız yere sağlam basmamıza yardımcı olabilecek bir kuştur.

**BAYKUŞ**

*AÇILIŞ KONUŞMASI: Büyünün, Alametlerin, Sessiz Bilgeliğin ve Gece Görüşünün Gizemi.*

ENERJİ DÖNGÜSÜ: *Geceleyin - Yıl Boyunca*

Hiçbir kuş, baykuş kadar efsane ve gizemle çevrili değildir. Hakkındaki algıların çoğu karmaşıktır. Baykuş hakkında zıt görüşlere rastlamak alışılmadık bir durum değildir. Etrafında kadim bir gizem havası vardır. Bunun bir kısmı, gece kuşu olmasından ve gece vaktinin insanlar için her zaman gizemli görünmesinden kaynaklanmaktadır. Baykuş, dişiliğin, ayın ve gecenin sembolüdür. Kanatlı kedi olarak da adlandırılmıştır.

Hem put olarak tapılmış hem de şeytanın reenkarnasyonu olarak nefret edilmiştir. Hem Kuzey Amerika'da hem de diğer kıtalarda büyük şifa güçlerine sahip olduğuna inanılmıştır. Ay ile olan ilişkisi nedeniyle doğurganlık ve baştan çıkarma ile bağlantılıdır, çünkü ay erkekleri ve

baykuşu uyandırır. Baykuş ise sihir ve karanlığın, kehanet ve bilgeliğin kuşudur.

Antik Yunanlılar için baykuş, tanrıça Athena ile ilişkilendirilirdi ve daha yüksek bir bilgeliğin sembolüydü. Koruyucuydu.

Akropolis'in bir parçasıdır. İlk Hristiyan Gnostikleri için ise, Adem'in kendisine boyun eğmeyi reddeden ilk karısı Lilith ile ilişkilendirilir.

Pawnee halkı için koruma sembolüydü. Ojibwa halkı için kötülük ve ölüm sembolüydü. Pueblo halkı için ise ölüm tanrısı ama aynı zamanda doğurganlık ruhu olan İskelet Adam ile ilişkilendirilirdi. “Baykuş tıbbı, sembolik olarak hem siyah hem de beyaz büyü, durugörü ve astral seyahat ile ilişkilendirilir.” 33

Baykuşla ilgili birçok batıl inanç ve inanış ortaya çıkmıştır. Baykuşların ölülerin reenkarnasyonu olduğuna inanılırdı. Galler'de baykuş doğurganlıkla ilişkilendirilir. Hamile bir kızın yakınında duyulması kolay bir doğumun göstergesidir. 34 En yaygın olanı ise baykuşun sırları ortaya çıkarabilmesidir. Antik Roma'da uyuyan bir kişinin üzerine baykuş tüyü veya bir parçasını koymanın onun sırlarını ortaya çıkaracağına inanılırdı. Bu, özellikle keskin görme ve işitme duyusuna baktığımızda, baykuşun en önemli özelliklerinden biriyle bağlantılıdır.

Baykuş bir gece kuşudur ve gece uzun zamandır içsel karanlığın, insanların sırlarını sakladığı yerin sembolü olmuştur. Baykuşun görme ve işitme duyuları çok gelişmiştir. Teleskopik bir odaklanmadan mikroskopik bir odaklanmaya anında geçiş yapabilirler. Göz bebekleri, ışık yoğunluğundaki çok küçük değişikliklere saniyenin çok küçük bir bölümünde tepki verir. Baykuşun gözleri, ince hareketleri algılamak için özel olarak uyarlanmıştır. Ayrıca, bu konuda yardımcı olmak için retinada ekstra ışığa duyarlı koni ve çubuk hücreleri bulunur.

**Baykuşların Gizemi**

Büyük boynuzlu baykuş ve cırtlak baykuş, en yaygın olanlarından ikisidir. Her ikisinin de kulak gibi görünen ancak kulak olmayan tüy tutamları vardır.

Kulak olmayan bu kulaklar, söylenmeyenleri duyabilme yeteneğinin sembolü haline gelmiştir. Peçeli baykuş, rengi ve sessiz uçuşu nedeniyle bazen hayalet baykuş olarak da adlandırılır. Ruh ve hayalet temasının eski bir sembolüdür. Kısa kulaklı baykuş, yırtıcı kuşlar arasında en yetenekli ve cesur uçuculardan biridir; hatta atmaca şahinini bile geride bırakabilir. Çizgili baykuş, baykuşlar arasında en iyi ses çıkarandır. Büyük boynuzlu baykuşlar görkemli, mesafeli ve tehlikeli iken, çizgili baykuşlar oldukça zararsızdır, ancak tehditkar görünmeye çalışabilirler.

Gözlerin sarı rengi çok semboliktir. Gözleri çok daha etkileyici kılar, ancak gecenin karanlığında canlı olan güneş ışığını da çağrıştırır. Güneş, geceleri baykuş aracılığıyla yaşar. Sadece bunun üzerine meditasyon yapmak bile, hayatınızdaki baykuşun büyüsü hakkında çok şey ortaya çıkaracaktır. Yaygın inanışın aksine, baykuş gündüz de çok iyi görebilir. Sadece geceleri daha etkili ve daha keskin görür.

En karanlık gecede bile, keskin görüşü sayesinde baykuş avının tam yerini tespit edebilir. İşitme duyusu da görme duyusu kadar keskindir. Baykuşun kulakları asimetriktir ve genellikle bir kulak diğerinden daha büyüktür. Ayrıca başın farklı yerlerinde bulunurlar. Bu, aldığı işitsel sinyalleri ayıklamasını ve avını daha kolay bulmasını sağlar.

Baykuş, avını gözlerinden çok kulaklarıyla daha kolay bulabilir. Avının çıkardığı sesleri büyük bir doğrulukla tespit etmek için başını çevirir ve ileri geri sallanır. Ayrıca yankı konumlandırma yöntemi olarak periyodik tıklama sesleri de çıkarır.

Baykuş tıbbıyla çalışan biri, başkalarının saklamaya çalıştığı şeyleri görebilir ve duyabilir. Söylenmeyenleri duyacak, gizlenenleri veya gölgelerde kalanları görecektir. İnce ayrıntıları tespit edebilir ve belirleyebilirsiniz. Bu, başkalarını rahatsız edebilir çünkü niyetleri veya eylemleri konusunda sizi kandıramayacaklardır. Baykuş insanları, başkalarının ruhlarının ve yaşamlarının karanlığına bakma konusunda eşsiz bir yeteneğe sahiptir. Bu, çoğu insan için çok korkutucudur. Bu görme ve duyma yeteneği, durugörü ve duruişitme yetenekleriyle de metafiziksel bağlantılara sahiptir.

Gece kuşu olan baykuş, gecenin tüm sırlarını öğretebilir. Bu sırlar, güneş battıktan sonra olup biten her şeyi kapsar. Baykuşlar gecenin gözleridir ve göz önünde olmayan şeyleri görürler. Paylaşabilecekleri gizli bilgilere sahiptirler. Şifalı bitkileri sırları ortaya çıkarabilir.

100'den fazla baykuş türü vardır ve baykuşlar her zaman insanlarla yakın bir bağa sahip olmuştur. İnsanların yaşadığı her yerde, baykuşların başlıca besini olan kemirgenler de bulunur. Bu nedenle, baykuşlar insanların yaşadığı her yerde yaşar. Ne yazık ki, birçok avcı ve çiftçi, kedilerin kemirgen kontrolünde daha iyi iş çıkaracağına inanarak baykuşları sık sık öldürüyor. Oysa gerçek bundan çok uzaktır. Bir ahır baykuşu, tek bir gecede bir kediden on kat daha fazla fare öldürebilir ve eğer beslenmesi gereken yavrular varsa bu sayı daha da artar.

İnsanlar gibi, üst göz kapaklarını kapatarak göz kırparlar; bu da onlara insana özgü bir ifade kazandırarak baykuşların gizemine katkıda bulunmuştur.

İnsanlardan farklı olarak, gözleri hareket edemez. Boyunları esnektir ve bu da onlara geniş bir çevresel görüş alanı sağlar. Başlarını tamamen döndüremezler, ancak o kadar hızlı hareket ettirirler ki bu da o görünümü verir. Baykuş totemleriyle çalışanlar için boynun ve esnekliğinin sembolizmi

üzerinde meditasyon yapılmalıdır. Boynunuz sert ve esnek değilse, algılarınızı büyük ölçüde engelliyorsunuz demektir. Baykuş totemleriyle çalışan herkes için boyun masajları çok faydalı olacaktır.

Baykuş, şahinler ve diğer yırtıcı kuşlar gibi, üçüncü bir göz kapağına sahiptir. Bu göz kapağı bir yandan diğer yana hareket eder. Gözü temizler ve görüşü netleştirir. Bu da size açılan yeni bir vizyonu sembolize eder. Genellikle çok algılayıcı doğduğunuzu, başkalarını belki de fark etmediğiniz veya kabul etmediğiniz bir vizyonla gördüğünüzü yansıtır. Genellikle baykuşu güç totemi olarak benimseyenlerin, başkalarının gözlerine ve ruhlarına bakma konusunda eşsiz bir yetenekleri vardır. Bu algılar genellikle vahşi hayaller veya "Dünyada neden bu kişi hakkında böyle düşüneyim ki?" gibi ifadelerle bir kenara atılır. Bu tür hayallere, olumlu ve olumsuz, güvenilmelidir.

Baykuşların çiftleşme alışkanlıkları diğer kuşlara benzer kalıpları izler. Erkek, dişinin dikkatini çekmek için genellikle ötüşünü artırır ve dans eder. Birçok baykuş yalnız yaşamayı sever ve sadece üremek için bir araya gelir. Bu nedenle, özellikle büyük boynuzlu türlerin dişisi, ancak erkeğe gerçekten güvendiğinde çiftleşir. Bazı baykuşlar, örneğin ahır baykuşu gibi, ömür boyu çiftleşir. Diğerleri ise sadece yavrular yuvadan ayrılana kadar çiftleşir ve birlikte kalır.

Birçok baykuş yuva yapmaz. Yumurtalarını ağaçların çatallarına bırakırlar veya diğer kuşların terk edilmiş yuvalarını kullanırlar. Çünkü genellikle

Alışılmadık yuvalama yöntemleri nedeniyle, düşmüş ağaçların dibinde baykuş yavruları ve uçmaya hazır hale gelmiş yavrular bulmak yaygın bir durumdur. Birçok insan onları terk edilmiş zannederek alır. Ancak bu nadiren doğrudur. Yalnız bırakıldıklarında, anne onlara bakacaktır.

Genellikle sadece dişi yavrularını büyütür, ancak erkek baykuş eşine ve yavrularına sürekli fare tedarik eder. Dişiyi ve yavrularını besleyen bir erkek, tek bir gecede düzinelerce fareyi veya eşdeğerini öldürebilir. Bu, baykuşun bir ortama getirebileceği büyük avlanma yeteneğini ve kemirgen kontrolünü kanıtlar.

Baykuşlar sessizce uçarlar. Kanatlarının ön kenarında, uçuşu sessizleştiren bir saçak bulunur. Çoğu baykuşun, boyutlarına göre oldukça büyük kanatları vardır. Bu aynı zamanda baykuşun yavaş ve sorunsuz bir şekilde uçmasını sağlayarak sessiz avlanmasını kolaylaştırır. Baykuş totemine sahip herkesin bu sessizliği uygulaması gerekir. Sessiz kalın ve işinize bakın. Bu size en büyük başarıyı getirecektir.

Bazı baykuş türleri tehlike altındadır. Bu durum kısmen yaşam alanlarının yok edilmesinden, kısmen de düşüncesizce avlanmadan kaynaklanmaktadır. Benekli baykuş, yaşam alanı kaybı nedeniyle tehlike altında olan bir baykuşa örnektir. Peçeli baykuş birçok eyalette tehdit altında veya nesli tehlikede olan türler arasındadır. Bu durumun başlıca nedeni avlanma ve baykuşların zararlı hayvan olarak algılanmasıdır.

Baykuşların avlarıyla ilgili birçok çalışma yapılmıştır. Bu, büyük ölçüde "baykuş peletleri" sayesinde mümkün olmuştur. Bir baykuş genellikle avını bütün olarak ve başı önde yutar. Sindirilemeyen av kısımları (kemikler, tüyler, dişler, pençeler vb.) daha sonra pelet şeklinde kusar. Bu, büyük anlamlar taşıyan çok sembolik bir eylemdir. Baykuş, avını başı önde yutarak avının bilgeliğini ve enerjisini içine alır. Kusma ise, kendisi için faydasız ve sağlıksız olan yönleri ortadan kaldırma yeteneğini yansıtır.

Her baykuş türünün bireysel özelliklerini ve genel olarak tüm baykuşların özelliklerini incelemek önemlidir. Bu, baykuşun sizi ve hayatınızı nasıl etkileyeceğini tam olarak belirlemenize yardımcı olacaktır. Bu kitap bağlamında, yalnızca altı özel baykuşu inceleyeceğiz, ancak bu, baykuş

toteminizin bireysel yaşamınızla en iyi nasıl ilişkilendirileceği konusunda size bir fikir vermek için yeterli olacaktır.

Bazı baykuşların dengeleyici bir yırtıcı kuşu vardır. Baykuş ay ve gececi iken, bazı yırtıcı kuşlar gündüz ve güneşçidir. Baykuşlar ve bazı şahinler aynı bölgeyi paylaşır; biri gündüz avlanır ve bölgeyi kullanırken diğeri gece kullanır. Mutlaka iyi geçinmezler, ancak birbirlerine farklı derecelerde tahammül ederler. Bunlar dengeleyici şifalar olarak görülebilir ve baykuş ve onun güneşçi karşılığıyla ritüeller ve meditasyonlar kullanılabilir. Erkek ve dişi arasındaki dengeyi sağlamak için kullanılabilirler.

Bir örnek olarak, berrak rüyaları teşvik etmek için baykuş ve şahin tüylerini birlikte bir rüya demeti olarak kullanmak verilebilir. Örneğin, iki büyük boynuzlu baykuş tüyü arasına bağlanmış ve yatağın üzerine asılmış bir kızıl kuyruklu şahin tüyü, rüya hali üzerindeki iradenizi ortaya koymanıza yardımcı olabilir. Bu, astral projeksiyonu geliştirmek veya sadece uyku sırasında rüya senaryosunun bilinçli kontrolü için kullanılabilir.

Baykuşların ve gündüzleri avlanan şahinlerin en yaygın örnekleri aşağıdaki tabloda bulunmaktadır: **BAYKUŞ**

**ŞAHİN**

(Ay / Gece vakti)

(Güneş / Gündüz)

Büyük Boynuzlu Baykuşlar = Kızıl Kuyruklu Şahinler

Çizgili Baykuşlar = Kızıl Omuzlu Şahinler

Baykuşlar = Kerkenezler

Kısa Kulaklı Baykuşlar = Şahinler

Kar Baykuşları = Beyaz Fazlı Akdoğan

İnceleyeceğimiz ilk baykuş türü büyük boynuzlu baykuştur. Bu, Amerika'daki baykuş ailesinin en vahşi ve en başarılı avcısıdır. Güçlü ve hızlıdır. Bir dağ sıçanının boynunu kolayca kırabilir. Önüne çıkan herhangi bir avı yakalamaktan çekinmez.

Büyük boynuzlu baykuş, diğer tüm yırtıcı kuşlarla bile başa çıkabilir. Çoğu, onun müthiş pençelerine ve güçlü gagasına hayran kalır.

Kızıl kuyruklu şahin, genellikle ay ve gece aktif olan büyük boynuzlu şahinin gündüz aktif olan karşılığı olarak kabul edilir. Bunun nedeni, aynı arazi parçasında yuva yapabilmeleridir. Ancak bu, iyi geçindikleri anlamına gelmez. Aslında, büyük boynuzlu şahinler kızıl kuyruklu şahinleri o kadar rahatsız eder ki, fırsat bulurlarsa baykuşu ortadan kaldırmaya çalışırlar. Gerçekten de, ondan korkmayan ve çekinmeyen tek yırtıcı kuş altın kartaldır.

Bu vahşilik, baykuşun hayatta kalmasını ve sürekli değişen ortamlara uyum sağlamasını mümkün kılmıştır. Hayata büyük bir coşkuyla yaklaşır.

Ne yazık ki, bu aynı vahşet, gökdoğanların eski yaşam alanlarına yeniden yerleştirilmesini engelledi. Gökdoğanların yokluğunda, büyük boynuzlu baykuş yerleşti ve ne yaşam alanını ne de besin kaynaklarını paylaşmak istemiyor.

Birçok kişi için, özellikle çiftleşme döneminde güçlü ve sık duyulan büyük boynuzlu baykuşun ötüşü, baharın müjdecisidir. En sevdiği yaşam alanı, yaprak döken ve iğne yapraklı ağaçların yoğun olduğu ormanlık alanlardır. Ancak yiyecek kaynağı olan hemen hemen her yerde yaşayabilir.

Büyük boynuzlu baykuşun en sevdiği yiyecek kokarcadır ve bu baykuşu totem olarak benimseyen herkes kokarcanın önemini de araştırmalıdır. Bu

baykuşun koku alma duyusu çok gelişmiş değildir, muhtemelen bu yüzden kokarcanın en korkutucu avcısıdır. Ayrıca kargaları da incelemek faydalı olacaktır, çünkü kargalar genellikle baykuşlara karşı bir araya gelip saldırırlar. Kargalar, baykuşun gündüz evlerini bulması durumunda, kargaların onu ne görebileceği ne de duyabileceği gece saatlerinde ziyaret etme olasılığının yüksek olduğunu bilirler.

Başının tepesindeki tüy tutamları kulakları değil, sadece tüy demetleridir. Kulaklar başın daha alt kısmında bulunur ve tüm baykuşlarda olduğu gibi son derece keskin görüşe sahiptirler. Görme yeteneklerinden daha iyi veya en az onlar kadar iyi duyabilirler.

Sırada yaygın ahır baykuşu var. Bu baykuşun, baykuşlar arasında benzersiz olan kalp şeklinde bir yüz diski vardır. Bu, kalp ve zihin arasındaki bağlantıyı yansıtma yeteneğini gösterir. Bu baykuşun öğrettiği şeylerden biri de budur. Ayrıca daha koyu renkli gözleri vardır. Üst kısmında altın sarısı tüyler, alt kısmında ise beyaz tüyler bulunur.

Baykuşun çeşitli isimleri vardır. Geceleyin aşağıdan bakıldığında, beyaz tüyleri nedeniyle hayaletimsi bir görünüme sahiptir.

Bu özelliği nedeniyle "hayalet baykuş" olarak adlandırılmıştır. Bu baykuşun şifası, sizi eski mekanlara ve hâlâ buralarda dolaşıyor olabilecek mülklerin ve evlerin ruhlarına bağlayabilir. Şifası, medyum yeteneğini ve ruhlarla iletişimi geliştirmeye yardımcı olmak için kullanılabilir.

Baykuş, usta bir avcıdır. Birçok çiftçi baykuşları vurmuş ve yerlerine kedi koymaya çalışmıştır. Ne yazık ki, çiftçiler genellikle "bir çift yuva yapan baykuşun, on kedinin toplamından daha fazla fareyi bir gecede ortadan kaldırabileceğini " fark etmezler.35

Baykuşu avcı olarak öne çıkaran özelliği, işitme yeteneğidir. Aslında, baykuşun beyninin büyük bir kısmı, algıladığı işitsel sinyalleri ayıklamaya

ayrılmıştır. Avını bulmak için yankı konumlandırma, yani bir tür sonar kullanma yeteneğine sahiptir. Bu kuşu totem olarak benimseyenlerde, iç sesi ve hatta ruhu duyma yeteneği (durugörü) kesinlikle gelişmeye başlayacaktır.

Peçeli baykuşlar yaratıcı ve fırsatçı hayvanlardır. Uyum sağlama yetenekleri yüksektir ve yiyeceklerini buldukları her yerden alırlar. En yaygın avları faredir ve peçeli baykuş tıbbı ile ilgilenenlerin farenin özelliklerini de incelemeleri gerekir.

Bir diğer muhteşem baykuş türü ise çizgili baykuştur. Usta birer vokalisttirler ve büyüleyici kişilikleri vardır. Büyük ve yuvarlak gövdeli, koyu renkli gözlere sahiptirler. Tüylerinde, özellikle üst göğüs bölgesinde çaprazlama çizgili bir desen bulunur. Bu çizgiler, sanki vahşiliğinin büyük bir kısmını kontrol altında tuttuğunun dışa vurumu gibidir.

Çizgili baykuş genellikle yoğun yaprak döken ormanlarda ve bataklıklarda bulunur. Çevresel değişim nedeniyle benekli baykuşun yaşam alanlarını işgal etmiştir. Baykuşlar aleminde, büyük olanlar küçük olanları avlar. Benekli baykuş daha küçük olduğu için, birçok kişi benekli baykuşun sadece yakın bir akraba olduğuna inanmasına rağmen, bir nebze tehdit altındadır. Her ikisi de bakir ormanlara duydukları sevgiyi paylaşır.

Çizgili baykuşun gündüz karşılığı kızıl omuzlu şahindir. Bu iki tür, büyük boynuzlu şahin ve kızıl kuyruklu şahinin aksine, aynı bölgeyi dostane bir şekilde paylaşırlar. Hem çizgili baykuş hem de kızıl omuzlu şahin nemli ormanlık alanlarda yaşar. Hatta bazen aynı yuvalama alanını bile paylaşırlar.

Çizgili baykuşun iyi huylu bir doğası vardır ve bu onu en dikkat çekici kılan şeydir. Tehditkar görünmeye çalışsalar da zararsızdırlar. Harika bir oyuncudur ve oldukça etkileyici bir gösteri sunabilir. Birçok kişi, ses

performanslarının diğer hayvanları ve insanları korkutmak için tasarlandığına inanır. Bu baykuşun bize sesi daha etkili bir şekilde nasıl kullanacağımızı öğretme yeteneğini yansıtır.

Çığlık baykuşları, şimdiye kadar bahsettiğimiz baykuşlardan çok daha küçüktür. Büyük boynuzlu baykuş gibi, başlarında kulak gibi görünen tüy tutamları vardır. Genellikle kırmızımsı veya gri renktedirler ve sadece 6-10 inç boyundadırlar.

Adlarının aksine, baykuşlar gerçekten çığlık atmazlar. Çıkardıkları sesler daha çok yumuşak bir kişnemeye benzer. Çiftleşme mevsiminde, erkek ve dişi baykuşlar düet yaparlar. Erkeklerin sesi daha düşük perdededir. Yavrular tehdit altındaysa, genellikle bu sırada "çığlık" sesi duyulur.

Küçük boyutlarına rağmen, baykuşun cesareti ve vahşiliği genellikle büyük boynuzlu baykuşla karşılaştırılır. Birçok kişi tarafından bu açıdan büyük boynuzlu baykuşun minyatürü olarak kabul edilir.

Baykuşun gündüz karşılığı kerkenezdir. İkisi de aynı bölgeyi paylaşır. İkisi de orman kenarlarını ve ağaç kovuklarını yuva yapmak için kullanmayı sever. İkisi de cırcır böceklerini ve fareleri sever.

Çığlık baykuşları mükemmel avcılardır. Ayrıca zaman zaman işbirliği yaparak avlanırlar. Hayatta kalmak için işbirliği yapma yeteneği, çığlık baykuşunun öğretebileceği şeylerden biridir. Size, başkalarıyla işbirliği yapabilme yeteneğine sahip, güçlü bir birey olmayı ve bu bireyselliği her zaman korumayı gösterebilir.

Kısa kulaklı baykuş, gece gündüz avlanan az sayıdaki baykuş türünden biridir. Bu özelliği, zehirli etkisinin gece gündüz de güçlü olduğunu yansıtır. Ayrıca, yuvasını titizlikle inşa etmesiyle de benzersizdir. Göç de eder. Üzerindeki işaretler alev benzeridir ve bilimsel adını (Asio flammeus) yansıtır. Bu ateşli görünüm, kişiliğine de yansır.

Kitabın önceki bölümlerinde, kısa kulaklı baykuşun, tarla farelerinin sayısında ani bir artış olan her yerde bir gecede ortaya çıkma gibi eşsiz bir yeteneğe sahip olduğundan bahsetmiştim. Bu altıncı his, yani uygun zamanlarda uygun yerlerde bulunma yeteneği, bu baykuşun öğretebileceği şeydir.

Bu baykuş cesur ve oyunseverdir. Kargalar şahinleri ve diğer baykuşları kovalayıp uzaklaştırabilirken, kısa kulaklı baykuş saldırganlarına karşı durumu tersine çevirir. Kargalar, kısa kulaklı baykuşlarla toplu saldırı yapmaya kalkıştıklarında çoğu zaman kurban olurlar. Küçük olmalarına rağmen güçlü ve hızlıdırlar ve hiçbir korkuları yoktur. Ve olmamalılar da. Havada uçma yetenekleri bakımından onlarla kıyaslanabilecek çok az kuş vardır. Bataklıkların kralı olduğunu düşünen büyük mavi balıkçıl bile birden fazla kez kısa kulaklı baykuşa yenilmiştir. 36

Hatta onun muadili olan atmaca (şahinlerin en çeviki) bile uçmada ona yetişemez. Ancak bu ikisi sık sık aynı bölgeyi paylaşır ve sahte "köpek dövüşleri" yaparlar. Bu baykuş ve bu şahin birbirlerine yakın yuva yaparlar ve nadiren kavga ederler.

Kısa kulaklı baykuş çok yönlü ve meraklı bir kuştur. Yetenekleri eşsizdir ve korkusuzdur. Ateş ve havanın bir karışımını yansıtır. Tüm enerjiler üzerinde uyarıcı bir etkiye sahiptir. Yaşam tutkusunu uyandırır ve ilhamı ateşler. Hayal gücünü harekete geçirir.

Son örneğim ise muhteşem kar baykuşu olacak. Büyük boynuzlu baykuştan daha büyüktür, ancak en çok beyaz rengiyle dikkat çeker. Arktik'in açık tundrasında bulunur, ancak yiyecek bulmak için gerektiği kadar güneye göç eder.

Baykuşların çoğu gece avlanır, ancak kısa kulaklı baykuş gibi kar baykuşu da hem gece hem de gündüz evindedir. Güneş ışığında veya tamamen

karanlıkta avlanabilir. Gözbebeğini açıp kapatarak, ışık yoğunluğuna (veya yokluğuna) uyum sağlama gibi eşsiz bir yeteneğe sahiptir.

Kar baykuşu çoğunlukla oturup bekleyerek avlanır. Tembelce avlanıyor gibi görünürler ve sık sık dinleniyor gibi dururlar. Ancak bu hiç de doğru değildir. Enerjilerini korurlar ve sürekli olarak gözlem yaparlar, fırsat kendini gösterdiğinde harekete geçerler. Bu zamanlama duygusu, kar baykuşunun öğretebileceği şeylerden biridir.

Başlıca avı lemmingler ve kutup tavşanlarıdır. Bu kuşu totem olarak benimseyen herkesin bunları incelemesi gerekir. Genellikle her gün kendi ağırlığı kadar yiyecek tüketir ve kısa kulaklı baykuş gibi, yiyecek kaynaklarının daha kolay bulunabileceği bölgelere gitme konusunda yeteneklidir. Olası kıtlık dönemlerini içgüdüsel olarak algılıyor gibi görünür ve bu nedenle uygun zamanlarda hareket edip geri dönebilir. Bu tür kehanet içgüdüsü, bu kuşun öğretebileceği şeylerden biridir. Kehanet ve ruh gücüne sahiptir.

Kar böceği yeni bir bölgeye girdiğinde varlığını ilan etmez. Sessizce girer ve kendi işine bakar. Bu, onu başarılı kılan şeylerden biridir. Bize de aynı yeteneği öğretebilir. Yürürken pençeleri, iyi yastıklanmış ayaklarının içine çekilir.

Bu da, gücüne ve yeteneğine rağmen tehdit edici olmama özelliğini yansıtıyor. Görevlerini korkutma yoluyla değil, zamanlama ve beceriyle

yerine getiriyor. Gerçek güç naziktir ve karla kaplı dağlar da bunu öğretiyor.

Bu kuş, hayatta kalma oyununda çok yetenekli. Yavruları bile koşabilir, yüzebilir ve gerekirse neredeyse uyuşuk bir halde ölü taklidi yapabilir. Bu kuş, büyük boynuzlu kuşun gücünü ve kuvvetini, çizgili kuşun mizacını ise bünyesinde barındırıyor gibi görünüyor.

Ve tüm bunların üstüne bir de yeteneği, cesareti ve

Kısa kulaklıların yetenekleri.

**PAPAĞAN**

*ANA KONUŞMA: Güneş Işığı ve Renk Şifası*

ENERJİ DÖNGÜSÜ: *Yıl boyu*

Papağan, güneşin kuşudur. Parlak renkleri ve güneş ışığına benzer görünümü ona sihir katar. Tüyleri, güçlü şifa ritüelleri için dua çubuklarında kullanılabilir ve yılın herhangi bir zamanında güneşin enerjilerini çağırmaya yardımcı olur.

Pueblo geleneğinde, tuz toplama ile ilişkilendirilen bir kuştur. Tuz bulunan yerler güneşin bir armağanı olarak kabul edilirdi. Papağan Pueblo halkı için güneşin kuşu olduğundan, bu bir uyumdur. Papağanlar çeşitli renklerde olabilir. Papağanı totem olarak benimseyen herkes, renkler ve etkileri üzerine biraz araştırma yapmalıdır. Papağan, ışığın ve renklerin gücünü öğretmede harika bir öğretmendir.

Bazı papağanlara insan taklit etme yeteneği öğretilmiştir. Bu yetenekleri nedeniyle papağan, insan alemi ile kuş alemi arasında bir köprü olarak kabul edilmiştir. Papağanlar, bu anlamda, kuş alemi için elçiler, diplomatlar ve tercümanlar olarak nitelendirilebilir. Başkalarını daha etkili bir şekilde

anlamanızı sağlayacak bir sihirleri vardır. Diplomasi duygunuzu uyandırmanıza yardımcı olabilirler.

**TAVUS KUŞU**

*AÇILIŞ KONUŞMASI: Diriliş ve Bilge Görüş (Uyanıklık)*

*GÜÇ DÖNGÜSÜ: İlkbahar ve Sonbahar*

Tavus kuşu, her toplumda birçok efsane ve mite konu olmuş bir kuştur. Muhteşem tüyleriyle bu kuş, onunla karşılaşan herkesi büyüler. Birçok kuşta olduğu gibi, erkek tavus kuşunun tüyleri daha parlak ve daha gösterişlidir. Dişi tavus kuşu da kendi başına en az onun kadar muhteşemdir. Koruyucu ve güçlü bir kuştur.

Tavus kuşunun muhtemelen en dikkat çekici iki özelliği tüyleri ve ürkütücü ve gürültülü ötüşüdür. Ötüşün bir tür kahkaha niteliği vardır, sanki tavus kuşu hayata gülmeyi hatırlatır. Sesleriyle ilgili duyduğum bir hikaye, ayaklarının görünümüyle bağlantılıdır. Tavus kuşunun çirkin ayakları vardır ve onları her gördüğünde çığlık attığına dair bir hikaye anlatılır.

Tavus kuşunu totem olarak benimseyen herkes için, ayakların mistisizmi ve sembolizmi incelenmelidir. Ayaklarımız destek sistemimizdir; yapımızın temelini oluştururlar. Hareket etmemizi ve dik durmamızı sağlarlar. Tavus kuşunun ayakları sizin ve hayatınız hakkında ne söylüyor? Ayak refleksolojisinin incelenmesi ve uygulanması, tavus kuşunu totem olarak benimseyen herkes için faydalıdır.

Tüyler, ritüel ve dekoratif amaçlarla kullanılmıştır. Tüylerinin renkleri ve desenleri, tavus kuşuyla bağlantılı olarak ortaya çıkan bu mistisizmin nedenini ortaya koymaktadır. Mavi-yeşil parıltı, hayranlık uyandırır. Mavimsi yeşil ton, genellikle krallıkla ilişkilendirilmiştir. Tüylerin içindeki "gözler" ise genellikle daha büyük bir görüş ve bilgelikle ilişkilendirilmiştir.

Bu uyanıklık fikri Yunan mitolojisinde de bulunur. Tanrıça Hera'nın bekçisi Argus'un yüz gözü vardı. Görevi sırasında uyuyakaldığında ve öldürüldüğünde, Hera gözlerini en sevdiği kuş olan tavus kuşuna yerleştirdi.

Kuşlar arasında tavus kuşu, geleneksel olarak anka kuşu tasvirlerine en çok benzeyenidir. Anka kuşu, yaşam ateşlerinde kurban edilen ve daha sonra kendi küllerinden alevlerden yeniden doğan efsanevi diriliş kuşudur. Anka kuşunun bir yansıması olan tavus kuşu, birçok toplumu etkilemiştir. Çin mitolojisinde tüyleri, tatlı bir ses uyumuna sahip beş rengin birleşimidir.

Mısır'da güneş tanrısı Amon-Ra'nın tapınmasıyla bağlantılıydı. Hristiyanlıkta bile İsa'nın ölümü ve dirilişinin sembolüydü. Mısır'da tavus kuşu, Horus'un her şeyi gören gözüyle ilişkilendirilirdi. Hinduizmde ise, şeytan Ravana'dan kaçmak için tavus kuşuna dönüşen ve böylece tüylerinde 100 göz kazanan gök gürültüsü tanrısı Hindra ile ilişkilendirilirdi.

Tavus kuşu, zehirli yılanları yok ettiği için genellikle kutsal kabul edilirdi. Mısır'da bu kategoride ibisten sonra ikinci sırada yer alıyordu. Çok sayıda gözü nedeniyle bilgelik ve keskin görüşlülükle ilişkilendirilmiştir. Ayrıca ölümsüzlükle de ilişkilendirilmiştir. Bunun bir nedeni, anka kuşu tasvirlerine benzer görünümüdür. Bu fikir ayrıca, etinin çürümeyeceğine dair eski bir inanıştan da kaynaklanmaktadır.

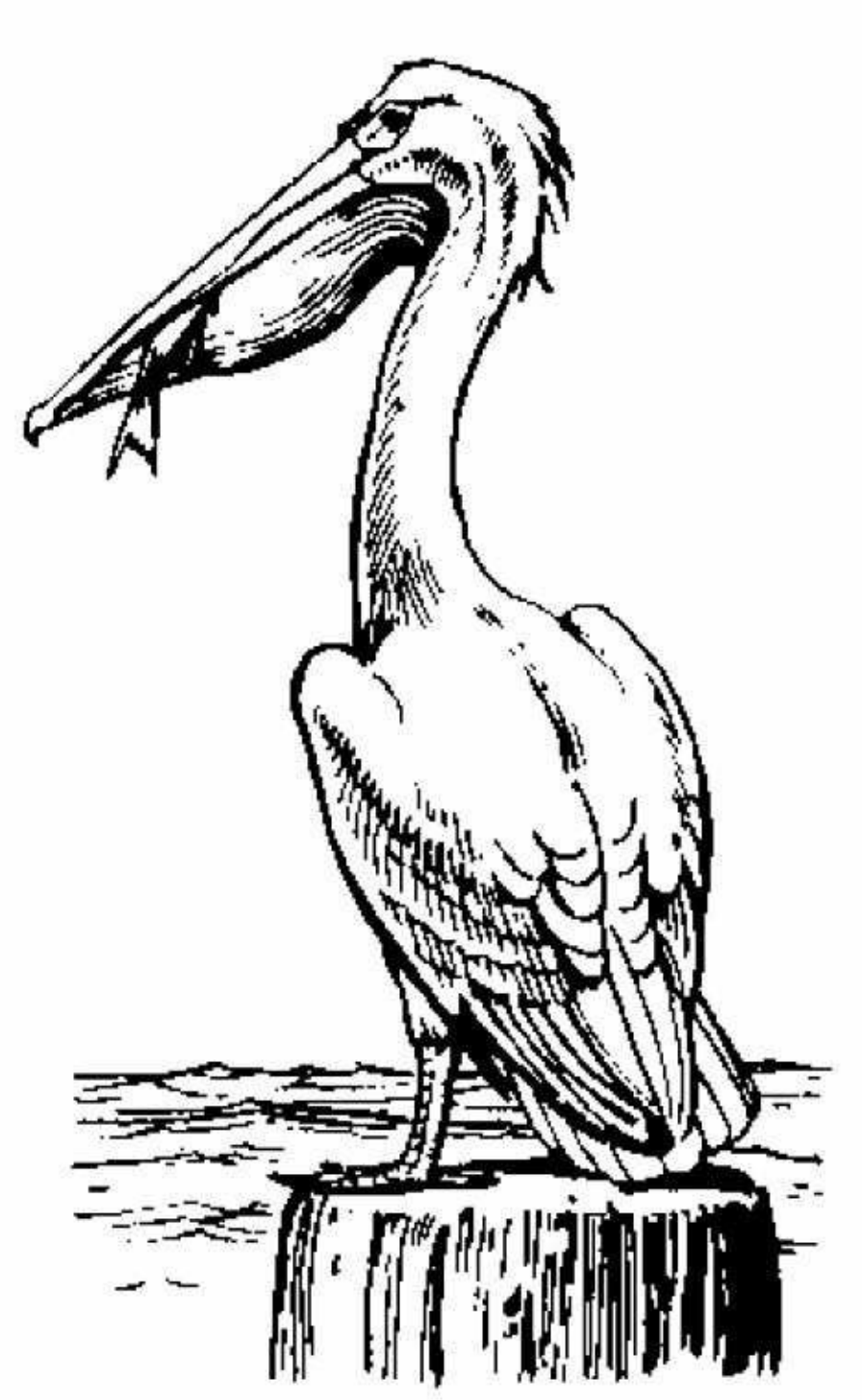
Bu ve bu kuşla ilişkilendirilen diğer mitlerin incelenmesi, bu toteme sahip olanlar için olası geçmiş yaşam bağlantılarını ortaya çıkarabilir.

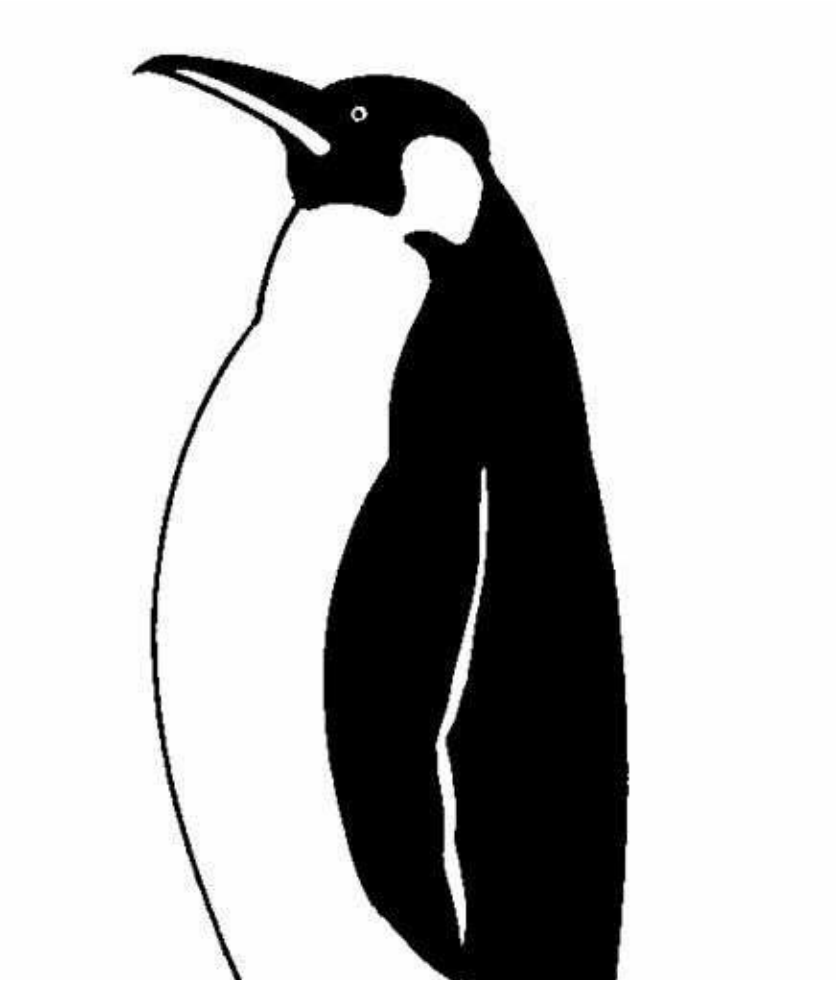
Bu, hayatınızda oynayacağı rol hakkında fikir verecektir. Tavus kuşuyla ilgili efsaneler, onun özellikleri ve davranışlarıyla yakından bağlantılıdır ve diğer toplumların nasıl bağlantılar kurup ilişkilendirmeler yapabildiğini anlamanıza yardımcı olacaktır.

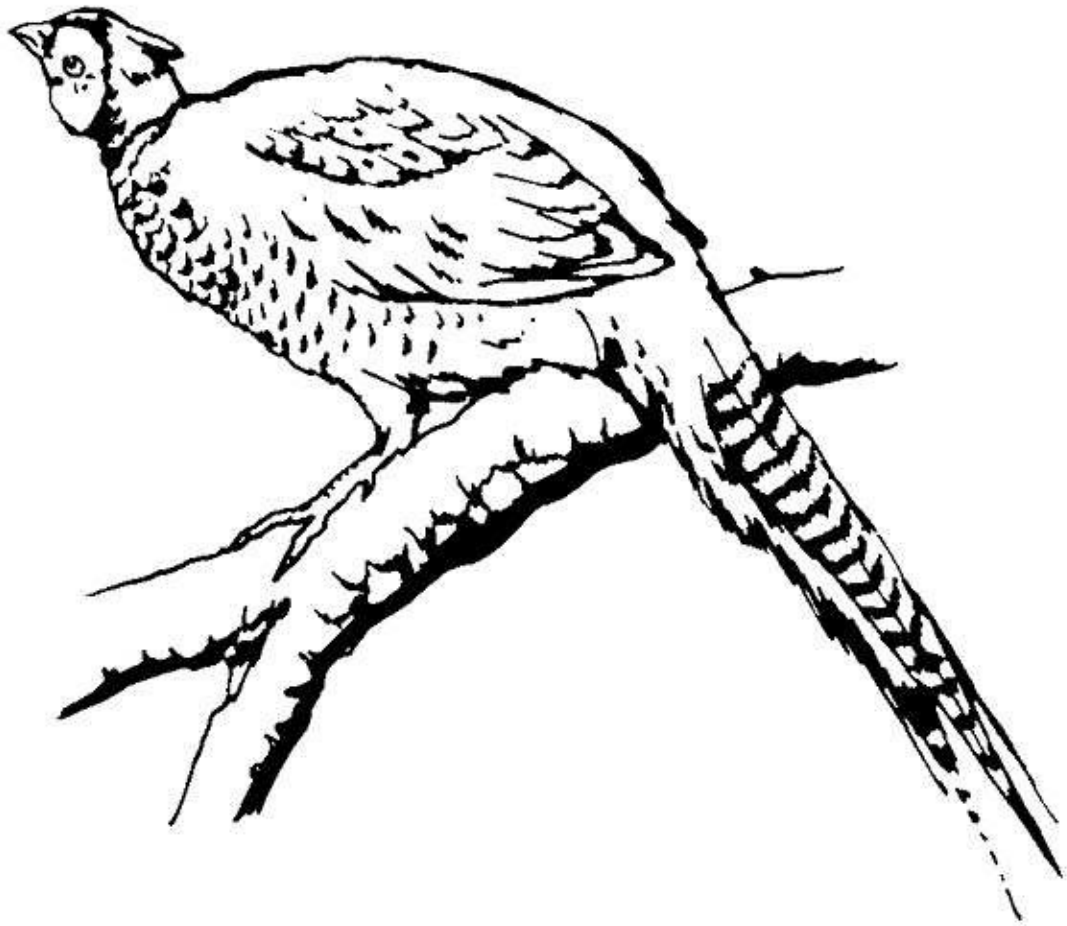
**PELİKAN**

*AÇILIŞ KONUŞMASI: Yenilenmiş Neşe ve Özverilik*

ENERJİ DÖNGÜSÜ: *Yıl boyu*







Amerika Birleşik Devletleri'nde iki pelikan türü vardır: beyaz ve kahverengi. Her ikisinin de tanınabilir kesesi ve uzun gagası vardır. Birçok kişinin inandığının aksine ve çizgi filmlerde sıkça tasvir edildiği gibi, bunu balıkları toplamak için kullanırlar, saklamak için değil. Bunun üzerine biraz düşünmek, kendi kişisel aktivitelerinize dair bazı içgörüler ortaya çıkarabilir. Saklamamanız gereken şeyleri mi saklamaya çalışıyorsunuz? Sahip olduklarınızı kullanmıyor veya sindirmiyor musunuz? Her iki pelikan türü de, bir zamanlar çok büyülü ve güçlü kabul edilen diğer yönleriyle birlikte, bu temel unsuru somutlaştırır. Eski bir hikaye, pelikanın kendi göğsünü nasıl yaraladığını ve yavrularını kanıyla nasıl beslediğini anlatır. Bu, onunla sıklıkla ilişkilendirilen özveri imajını açıklar ve çok Hristiyan bir karşılık haline gelmiştir.

Kahverengi pelikan genellikle çalılıklarda (mangrov ormanlarında) yuva yapar. Komşularıyla yuva yapma rekabetinden kaçınarak, pelikanlar kendi türlerinden daha fazla birey için yer açarlar. Bu da bir tür özveriyi yansıtır. Bu durum, balık avlamada sıklıkla ekip çalışması yapmalarıyla daha da pekiştirilir. Bu özellikle beyaz pelikan için geçerlidir.

Gruplar aşağı iner ve balıkları sığ bölgelere doğru sürer.

Boyutlarına rağmen çok hafif ve yüzerler. Bir yelkenli gibi su üzerinde yüzebilirler. Kahverengi pelikanın sık sık tek başına uçtuğu ve sonra aniden suya daldığı gözlemlenir. Daha sonra tekrar su yüzeyine çıkar. Bu yeteneği, derisinin altında bulunan ve batmasını engelleyen hava keseleri sisteminden kaynaklanmaktadır.

Sembolik olarak bu, yaşam koşullarının ağırlığına rağmen ayakta kalabilme ve zirvede kalabilme yeteneğine işaret eder. Pelikan, hayat ne kadar zorlaşırsa zorlaşsın, ne kadar dibe vurursanız vurun, yüzeye çıkabileceğinizi öğretir. Pelikan, hayatın zorluklarının üstesinden nasıl gelineceğinin

bilgisini barındırır. Aynı fikir, pelikanların bir zamanlar çölde yaşadığı ve yılanlarla beslendiği yönündeki eski bir inanışla da ima edilmektedir.

Pelikanlar, hafif olmalarına rağmen, bazen sudan havalanmakta zorlanırlar. Yine de başarırlar ve bu da bizi aşağı çeken şeylerden kurtulmaya dair bir bağlantı kurmamızı sağlar. Su, duyguların sembolüdür ve duygular çoğu zaman bizi aşağı çeker. Pelikan, duygulara yenik düşmemeyi öğretir.

**PENGUEN**

*AÇILIŞ KONUŞMASI: Berrak Rüya Görme ve Astral Yolculuk*

ENERJİ DÖNGÜSÜ: *Yıl boyu*

Penguen uçamayan bir kuştur. Ancak kanatları suda olduğunda bir amaca hizmet eder. Penguen mükemmel bir yüzücüdür ve sudaki hareketi diğer kuşların uçuşu kadar akıcı ve pürüzsüzdür. Kanatlar, penguenin kendini itmesine ve suda yönünü bulmasına yardımcı olan yüzgeçler görevi görür.

Penguen kelimenin tam anlamıyla sudan dışarı sıçrayıp ayaklarının üzerine inebilir. Beş ila altı fit (yaklaşık 1,5 ila 1,8 metre) sıçrayabilir. Bu hareket ve suyla olan ilişkisi çok semboliktir. Su, yaşamın astral düzlemi, rüya boyutudur. Bu kadar özgürce hareket edebilme yeteneği, rüya bilincinin uyanışını yansıtır. Pengueni totem olarak gören herkesin berrak rüyalar görmesi beklenebilir. Rüya sırasında rüya gördüğünüzün farkına vardığınızda, rüyayı değiştirebilirsiniz. Rüya halini değiştirdikçe, uyanık yaşamınızda sizi etkileyen aynı enerjileri de değiştirirsiniz.

Suyun içinden karaya ayaklarının üzerine sıçraması, bedeni terk etme yeteneğini yansıtır. Penguen, bilinçli olarak bedenden nasıl çıkılacağını öğretir. Beden dışı deneyimler (OBE'ler) hâlâ mistisizmin en büyüleyici alanlarından biridir. Bu, hayal gücünü harekete geçirir. Penguen, tam bilinçle bedene girip çıkma konusunda uzmandır.

Penguenlerin davranışları ve aktiviteleri, hayatınızda etkili olan diğer enerjileri de yansıtabilir. İmparator penguen ailesinin erkekleri, yumurtaların bakımına ve korunmasına katılır. İmparator penguenler yuva yapmazlar. Yumurta bırakıldığında, baba yumurtanın donmasını önlemek için onu ayaklarının üzerine koyar. Baba, yumurta çatlayana kadar iki ay boyunca onu yalnız bırakmaz. Baba penguenin tüyleri yumurtayı örter. Yumurta çatlayana kadar neredeyse hiç hareket etmez ve yemek yemez. Bu noktada anne penguen yavruyu büyütmeyi devralır.

Bu da oldukça sembolik. Suyun dişil, doğum enerjileriyle ilişkilendirildiğini hatırlayın. İmparator penguen, hayatınızda bunun daha büyük bir şekilde ortaya konmasını ve ifade edilmesini yansıtır. Erkek imparator pengueni totem olarak benimseyenler için, yaratıcı enerjilerinizi besleyeceğiniz, koruyacağınız ve kuluçkaya yatıracağınız iki aylık bir dönem çok muhtemeldir. Erkeğin geleneksel olarak dişil bir rolde bu kadar güçlü bir konuma sahip olması, rüyalarda, değişmiş bilinç hallerinde ve yaratıcılıkta daha büyük bir uyanışı yansıtır.

**SÜLÜN**

*AÇILIŞ KONUŞMASI: Ailede Doğurganlık ve Cinsellik*

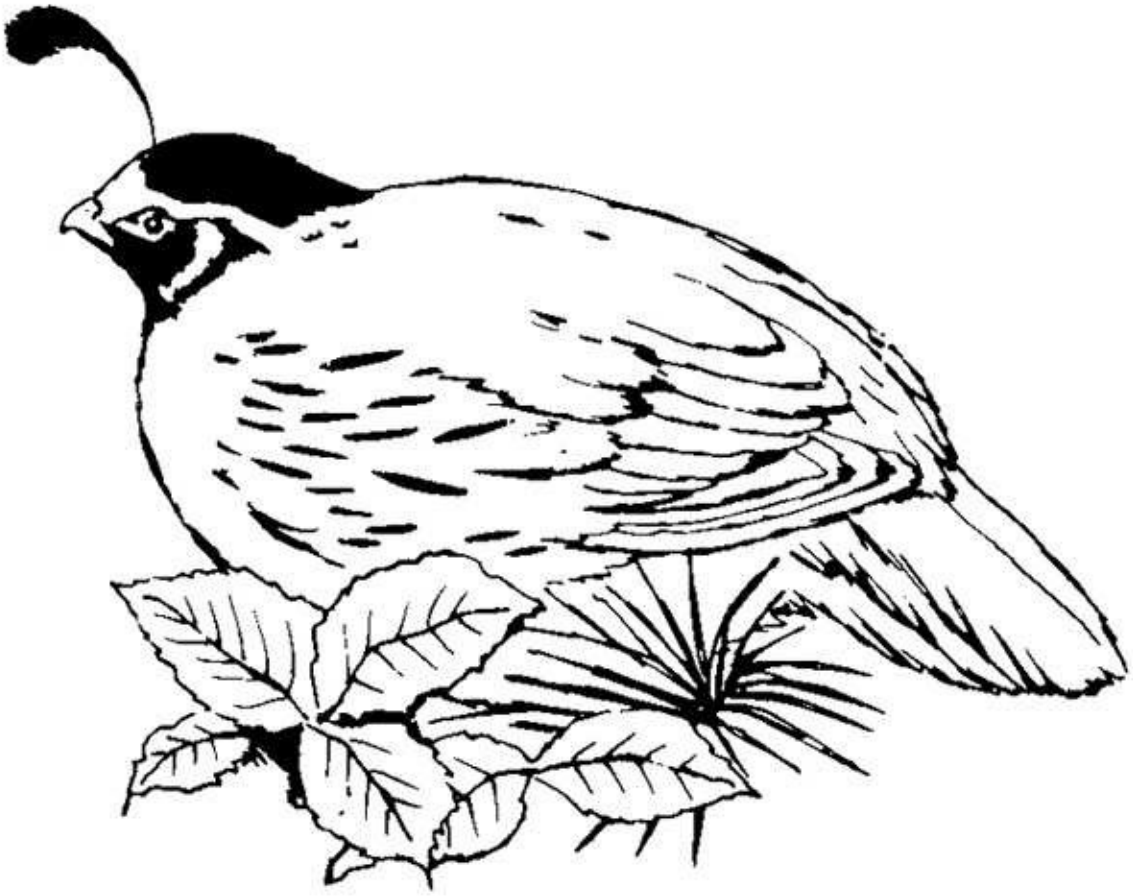
ENERJİ DÖNGÜSÜ: *Yıl boyu*

Sülünü totem olarak benimseyen herkesin keklik ve tavuğu da incelemesi faydalı olur. Aynı aileden olsalar da aralarında farklılıklar vardır. Sülünün vahşi doğada hayatta kalabilmesi için otlaklara, tahıl tarlalarına, çitlere ve çalılıklara ihtiyacı vardır. Bu totem sahibi kişilerin bu ortamları incelemesi gerekir.

Sülünler aslen Yunanistan'dan, Phasis Nehri yakınlarından gelmektedir ve adını da buradan almaktadır. Orada Kolhis Krallığı'nda vahşi olarak yaşamışlardır. Günümüzde bazı sülün türleri, uzaktan akraba olan keklik

veya bıldırcın gibi vahşidir. Diğerleri ise -çoğu- evcilleştirilmiştir. Bu nedenle sülün, genellikle aile verimliliği ve cinsellik enerjileriyle ilişkilendirilir.

Çoğu sülünün muhteşem kuyruk tüyleri vardır. Kuyruk tüyleri uzun zamandır cinsellikle ve bunun daha büyük bir ifadesiyle ilişkilendirilmiştir. Tüylerin renkleri ve türleri, sülünlerin tüy yapısı ve türleri büyük ölçüde değiştiği için daha da fazla bilgi sağlayabilir. Halkalı boyunlu sülün



Örneğin, sülün evcilleştirme sürecinde başarılı bir şekilde çoğalır. Boynundaki halka şeklindeki işaretler, ailesi içindeki doğurganlığı ve büyümeyi, yani dışa doğru sarmal bir yayılmayı yansıtır. Başka bir örnek ise sülünlerde bulunan porsuk tüyleri olabilir. Bu tüyler, porsuğa benzer şekilde

çizgili, sivrilen işaretlere sahiptir. Sülün totemine sahip olan ve porsuk tüyleri kullanan herkesin, porsuğun özelliklerini incelemesi faydalı olacaktır.

Renkler çok şey yansıtır ve çoğu sülünün çeşitli renkleri ve tüyleri vardır; bunlar incelenmelidir. Hepsi, sülünün sizin için sembolize ettiği enerjilerin farklı yönlerini yansıtabilir. Sülünler, renklerin sıcaklığıyla romantik bir atmosfer yaratmanın iyi birer öğretmenidir.

**GÜVERCİN**

*AÇILIŞ KONUŞMASI: Yuvanın Sevgisine ve Güvenliğine Dönüş*

ENERJİ DÖNGÜSÜ: *Yıl boyu*

Güvercin sıradışı bir kuştur. Çoğu insan onu şehir ortamında bir haşere olarak düşünse de, çok benzersiz özelliklere sahiptir. Ayrıca çok nazik ve sevgi dolu arketipsel enerjilerle de bağlantılıdır.

Günümüzde "güvercin" ve "kumru" kelimeleri birbirinin yerine kullanılmaktadır. Aralarında bir fark olmasına rağmen, iki tür akrabadır. Güvercini totem olarak benimseyen herkesin güvercinin özelliklerini de incelemesi akıllıca olacaktır.

Güvercinin ev ve doğurganlıkla uzun bir geçmişi vardır. Kristof Kolomb'un gerçek adı "Kolombo" idi.

Bu, İtalyanca'da "güvercin" anlamına gelen kelimedir. Columbus yeni bir yuva keşfetmeye yardımcı oldu. Güvercinin ayrıca olağanüstü bir yön bulma yeteneği vardır. Ne kadar uzağa gitmiş olursa olsun, eve nasıl geri döneceğini bilir.

Bu nedenle güvercinler genellikle eve dönüş ihtiyacının veya o dönemin bir simgesi olurlar. Güvercinler, kaybolduğumuzda yolumuzu nasıl bulacağımızı bize öğretebilirler. Vazgeçtiğimiz veya kaybettiğimiz ev ve aile hayatının

sevgisini hatırlamamıza ve bulmamıza yardımcı olurlar. Gagalarına su çekerek içebilen tek kuş türüdürler. Bu, ne kadar uzakta olursa olsun, evin enerjilerinden yararlanabilme yeteneğini yansıtır.

Bunlar, erken dönem ev hayatımızdan itibaren bizi olumlu yönde etkileyen şeyleri hatırlamamız için birer hatırlatıcıdır. Kim olduğumuzu unuttuk mu? Hatırlamaya ve değiştirmeye yemin ettiğimiz eski kalıplara mı düşüyoruz? Ev ve aile aracılığıyla bize aktarılan temel değerlerimizi, mirasımızı unuttuk mu? Buna ahlak, davranışlar, tutumlar vb. dahildir. Bunlardan yararlanın ve onları kullanın.

Güvercinler, hızla ve açıkça üredikleri için, bereket tanrıları ve tanrıçaları için kutsal semboller haline geldiler. Etrafta olduklarında ortaya çıkabilecek ev ve aile bereketini yansıtırlar. Güvercinler fırtına sırasında bir araya toplanırlar. Hayatınızda fırtınalar varsa, ailenizle -biyolojik veya başka türlü- bir araya gelin. Bu eylemde güvenlik ve huzur bulacaksınız. Unutmayın ki güvercinler bize ev ve aileyle ilişkili gerçek ve ideal olasılıkları hatırlatır.

**BILDIRCIN**

*AÇILIŞ KONUŞMASI: Grup Beslenmesi ve Korunması*

*GÜÇ DÖNGÜSÜ: İlkbahar ve Sonbahar*

Bıldırcın, tavuk şeklindeki kuşlar ailesi olan galiformların bir üyesidir. Bu aileye tavuklar, sülünler, keklikler ve benzerleri de dahildir. Aslında bıldırcınların alışkanlıkları tavuklarla oldukça benzerdir. Eğer hayatınıza bir bıldırcın girmişse, bu alışkanlıklarını da incelemeniz gerekir.

Lezzetli bir yiyecek olarak kabul edildikleri için birçok alanda beslenmeyle ilişkilendirilmişlerdir. Ancak çılgın çiftleşme davranışları onlara cinsellik ve doğurganlıkla ilgili bir ün de kazandırmıştır. Antik Yunanistan'da ise baharın dönüşünün sembolü olarak kabul edilirlerdi.

Bıldırcın ailesine ait olan ve adını söyleyen bu kuş, kendine özgü sesiyle isimlerin gizemiyle ilişkilendirilmiştir. Ruhunuzun adını, ömür boyu sizinle kalacak olan adı öğrenmenize yardımcı olabilecek bir kuştur. İsimlerin gücünü ve isim verme sürecini bilir. Bir çocuğun doğumundan önceki veya sonraki ilk hafta içinde bıldırcının sesini duymak, o çocuk için en uygun ismi seçtiğinizi yansıtabilir.

Bıldırcınlar sürüler halinde yaşarlar. Soğuk havalarda, sıcak kalmak için genellikle birbirlerine sokulurlar. Genellikle yerde sıkı bir daire şeklinde otururlar, kuyrukları ortada birleşmiş, başları halkanın dış kenarına dönüktür. Bir tekerleğin jant telleri gibi görünürler. Bu duruş, tehdit edildiklerinde avcıyı şaşırtmak için her yöne uçmalarını sağlar.

Bıldırcın, tehlikeyi kolayca fark etme konusunda harika bir yeteneğe sahiptir. Yüksek bir patlama sesiyle havalanır. Bu, avcıyı ürkütür, dikkatini dağıtır ve kaçmalarını sağlar. Bıldırcın, tehlikelere karşı dikkatli olmayı ve tehdit altındayken güvenli bir yere nasıl hızla kaçılacağını öğretir. Kriz anlarında tereddüt etmemeyi öğretir.

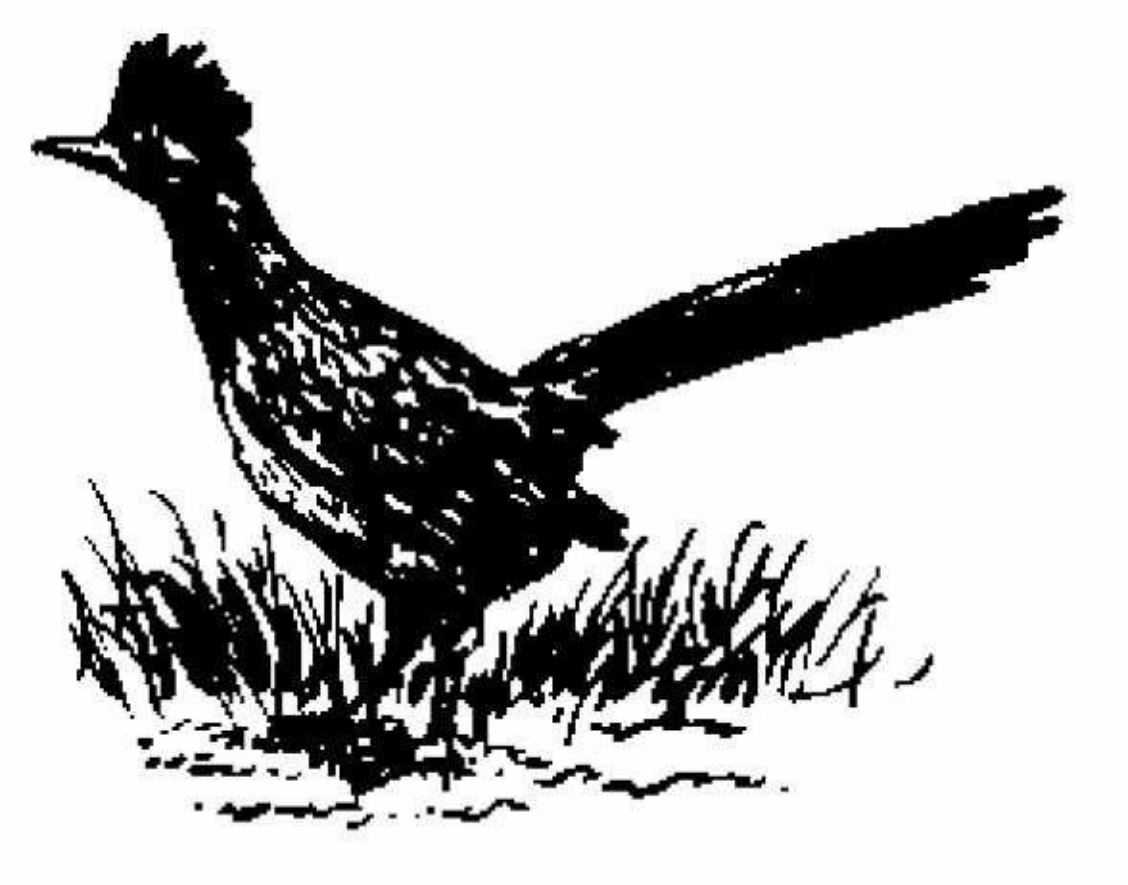
**KARGA**

*AÇILIŞ KONUŞMASI: Büyü, Şekil Değiştirme ve Yaratılış*

GÜÇ DÖNGÜSÜ: *Kış Gündönümü*

Kuzgun, etrafında muazzam miktarda efsane ve mitoloji barındıran ve çoğu zaman çelişkili olan kuşlardan biridir. Doğum ve ölümün kuşu olduğu gibi, mistisizm ve büyünün de kuşudur.

Yakın Doğu'da karga, leş yiyici olduğu için kirli sayılırdı. İncil'de yasaklı yiyecekler arasında yer alır.



Nuh'un tufandan sonra gönderdiği kuşlardan biri olan karga, gemiye geri dönmedi. Öte yandan, İncil'deki anlatılarda, bir karganın Kral Ahab'dan saklanırken peygamber İlyas'ı nasıl beslediği de yer almaktadır.

İskandinav mitolojisinde karga önemli bir rol oynardı. İskandinav tanrısı Odin'in habercileri olan bir çift kargası vardı. İsimleri Hugin (düşünce) ve Munin (hafıza) idi. Odin'in kendisinin de karga şekline bürünebildiği

biliniyordu. Bu, karganın büyük ruhani alemin habercisi olduğu fikrini yansıtır.

Kuzgunun uzun bir geçmişe dayanan bir kehanet geleneği vardır. Orta Çağ'da kuzgunun ötüşünün bir ölümü veya bir savaşın sonucunu önceden haber verdiğine inanılırdı. Hatta Hristiyan topluluklarında halka, kötü rahiplerin öldüklerinde kuzguna dönüştükleri öğretilirdi.

Bugün bile, bazı yaşlılar, bir kuzgunun bulutlu bir güneşe doğru baktığını gördüklerinde havanın ısınacağını tahmin edebileceklerini söylerler.

Kuzgun, kargalar, saksağanlar ve benzeri kuşların da dahil olduğu kargagiller ailesinin bir üyesidir. Aslında, karga ile kuzgun arasındaki tek önemli fark büyüklüktür; kuzgun çok daha büyüktür. Kuzgunu totem olarak benimseyen herkes için karga hakkındaki bilgileri incelemek faydalı olacaktır. Birine uygulanan bilgilerin çoğu diğerine de uygulanır. Sadece bir derece meselesidir. Bu bilgileri burada tekrarlamak yerine, size genellikle karga ile ilişkilendirilmeyen bazı bilgiler vermek istiyorum.

Kuzgunun etrafında zengin bir mit ve efsane hazinesi vardır. Birçok yönden, ovalardaki Kızılderililerin çakal öykülerine, Bushmenlerin peygamberdevesi öykülerine ve bir hayvanın hem önemli hem de kafa karıştırıcı bir rol oynadığı diğer topluluklara benzetilebilir. Çakal hem hilebaz hem de bilge bir varlıktı; hem aptal hem de bilgeydi. Bu, Kalahari Bushmenlerinin öykülerindeki peygamberdevesi için de geçerliydi.

Pasifik Kuzeybatı'da da kuzgun aynı gizemli auraya sahiptir. Pasifik Kuzeybatı'da kuzgun, yaşam ve düzeni getirmiştir. Kuzgun, dünyayı karanlıkta tutmak isteyenden güneş ışığını çalmıştır. Kuzgun olmadan hiçbir şey var olamazdı. Kuzgun, etrafında gelişen öyküleri ve mistisizmi yansıtan sanatta ve totem direklerinde onurlandırılır.

Kuzgunla birlikte insan ve hayvan ruhları iç içe geçer ve tek bir varlık haline gelir. Bu, kuzgunun derin, zengin ve parlak siyah renginde yansır. Karanlıkta her şey birbirine karışır, ta ki ışığa çekilene kadar. Bu nedenle kuzgun, hayatınızı veya varlığınızı dönüştürmenize yardımcı olabilir. Kuzgun, diğer hayvanlara dönüşmeyi ve dillerini konuşmayı bilir.

Kargalar ses çıkarmada çok iyidir ve konuşmayı öğrenebilirler. Diğer türlerin seslerini de bünyelerine katarlar ve taklit ederler. Kuzeybatı'da, Kwakiutl Kızılderililerinin erkek bebeklerin doğum sonrası plasentalarını kargalara sunduklarına dair hikayeler vardır; böylece büyüdüklerinde onların ağlamalarını anlayabileceklerdir. Kargalar size hayvanların dilini anlamayı öğretebilir.

Kuzgunlar oyunseverdir ve mükemmel alet kullanıcılarıdır. Fındık ve benzeri şeyleri kırmak için taşları ve ellerine geçen her şeyi kullanırlar. Başkalarından korkmayan, çok hızlı ve tetikte kuşlardır. Bu nedenle, diğer hayvanlar veya kuşlar için kolay av değillerdir. Bu, size hayatın büyüsünü korkusuzca nasıl harekete geçireceğinizi öğretme yeteneğine sahip olduklarını gösterir. Ayrıca, sahip oldukları güçlü yaratıcı yaşam gücünü yansıtan, aşk dolu davranışlarıyla da bilinirler.

Bu yaratıcı yaşam gücü, ruhsal yasaların büyüsünü fiziksel düzlemde gerçekleştirmek için kullanılabilir. Boşluğa inip enerjileri harekete geçirerek en çok ihtiyaç duyduğunuz şeyi tezahür ettirmek için kullanılabilir. Kuzgunun öğrettiği şey tam olarak budur. Eğer kuzgun hayatınıza girdiyse, sihir bekleyin. Hayatınızın bir yerinde sihir iş başında. Kuzgun, sihir enerjisini harekete geçirerek onu iradeniz ve niyetinizle birleştirir.

Kuzgun, hayatınızın sihirbazı ve/veya büyücüsü olma fırsatından bahseder. Her birimizin içinde bir sihirbaz vardır ve Kuzgun, bu yanımızı karanlıktan ışığa nasıl çıkaracağımızı bize gösterebilir. Kuzgun, ruhlar aleminden gelen

ve hayatınızı dramatik bir şekilde değiştirebilecek mesajlardan bahseder. Kuzgun, şekilsiz olanı alıp istediğiniz şekle nasıl dönüştüreceğinizi öğretir.

Kış gündönümü ve kış mevsimi, kuzgunu totem olarak benimseyenler için en büyük güç zamanıdır. Gündönümü yılın en kısa günüdür. Güneş bu günde en az parlar, dolayısıyla en karanlık gündür. O günden itibaren ışık her geçen gün biraz daha fazla parlar. Bu, kuzgunun etkisinin sembolüdür. Karanlığa nasıl girileceğini ve ışığı nasıl ortaya çıkaracağını öğretir. Her giriş yolculuğunda, daha fazla ışık çıkarma yeteneğimizi geliştiririz. Bu, yaratımdır.

**YOL KOŞUCUSU**

*AÇILIŞ KONUŞMASI: Zihinsel Hız ve Çeviklik*

*GÜÇ DÖNGÜSÜ: İlkbahar ve Yaz*

Yol koşucusu, yaklaşık 60 cm uzunluğunda, çizgili bir kuştur. Başında bir tepe tüyü bulunur ve bu, zihinsel yeteneklerin aktivasyonunu yansıtır. Kaktüs ve mesquite ağaçlarının bulunduğu bölgelerde yaşar ve bu kuş totem olarak kabul eden herkesin bu bölgeleri incelemesi gerekir.

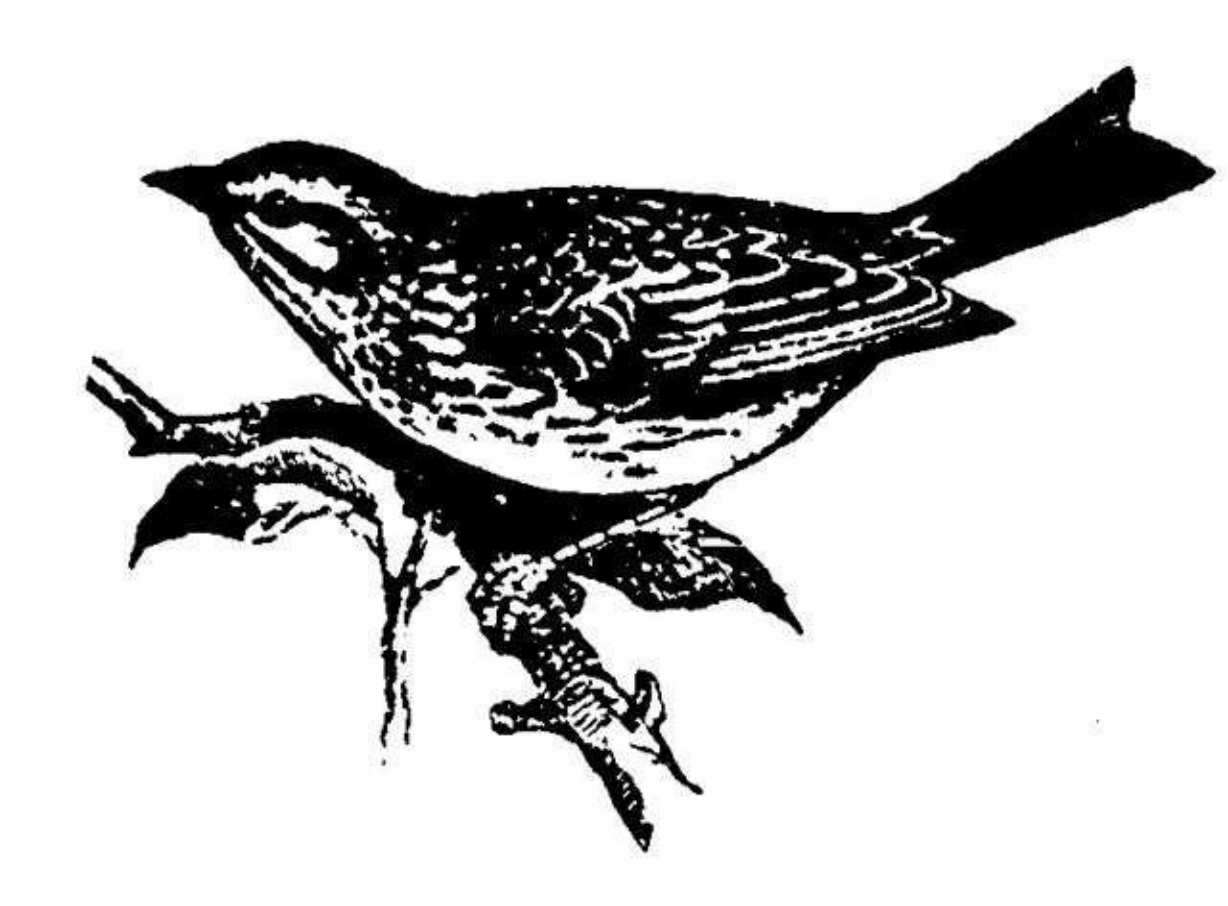
Yol koşucusu büyük miktarlarda çekirge yer. Bu toteme sahip olanlar için, bu avın nitelikleri ve özellikleri incelenmelidir. Bu, yol koşucusunun hayatınızda oynayacağı rol hakkında daha fazla bilgi sağlayacaktır. (Bu metnin dördüncü bölümüne bakınız.)

Yol koşucusu aslında yerde yaşayan bir guguk kuşudur. Yerde yaşamaya adapte olmuştur. Uçma yeteneğini neredeyse tamamen kaybetmiştir, ancak nadir durumlarda uçarlar. En büyük yeteneği koşmaktır. Saatte 18 mil (yaklaşık 29 kilometre) hızla koşabilirler.

Koşucu, zihinsel çevikliği ve hızı öğretir. Bu toteme sahip olanlar hızlı ve anında düşünmeyi öğrenirler. Koşucu, düşünce süreçlerinizi hız ve çeviklikle değiştirmeyi öğrenmenize yardımcı olur. Zihinsel olarak, gerekirse durmayı, yön değiştirmeyi ve ardından başka bir yöne koşmayı daha kolay ve gerekli bulacaksınız.

Yol koşucusunun kuyruğu, hava freni gibi çalışır. Zihinsel süreçte duruşları ve değişimleri kolaylaştırır. Ayrıca, düşüncelerinizi tezahür ettirmenizi sağlayacak şekilde kundalini'nin aktivasyonunu da ima eder. Plan yapıp asla tamamlamamak yerine, plan yapma ve bu planları harekete geçirme fırsatı artacaktır.

Totteminde yol koşucusu kuşu olan kişiler sürekli düşünürler. Düşünce akışlarını takip etmek bazen zordur, ancak eğer onları anlayabilirseniz...



Yavaşladıklarında, size bağlantılar gösterebilir ve mümkün olduğunu düşünmediğiniz fikirleri harekete geçirebilirler. Zihinleri her zaman çalışır durumdadır.

**ROBIN**

*AÇILIŞ KONUŞMASI: Yeni Büyümenin Yayılması*

GÜÇ DÖNGÜSÜ: *İlkbahar*

Genellikle kızılgerdan olarak bilinen bu muhteşem kuş, geleneksel olarak baharın müjdecisidir. Kızılgerdanlar sıklıkla göç etseler de, her zaman buna ihtiyaç duymazlar. Göç, birçok kişinin inandığının aksine, soğuk havadan

kaçınmak için değil, yiyecek kıtlığı nedeniyle gerçekleşir. Yiyecek kaynakları yeterliyse, kızılgerdan yıl boyunca yuvasını korur.

Bahar aylarında ötüşü genellikle herkes tarafından tanınır. Aslında, Kuzey Amerika genelindeki yayılım bakımından kızılgerdanı geride bırakan çok az kuş vardır. Bir kızılgerdan hayatınıza girdiğinde, hayatınızın sadece tek bir alanında değil, çeşitli alanlarında yeni gelişmelerin olmasını bekleyebilirsiniz.

Kızılgerdan kuşuyla ilgili birçok efsane ve rivayet vardır. En yaygın efsaneye göre, kızıl göğsünü İsa'nın çarmıhtaki kanlı tacından bir diken çekerek almıştır. Daha batıl inançlara göre ise, kızılgerdan yumurtası çalmak uğursuzluk getirmek anlamına geliyordu. Bazıları, ilkbaharda ilk kızılgerdanı gördüğünüzde, uçup gitmeden önce bir dilek tutmanız gerektiğine, aksi takdirde gelecek yıl şansınızın olmayacağına inanır.

Bu efsaneye rağmen, kızılgerdan kuşu üzerine yapılan bir çalışma, onun bir totem olarak gerçek değerinin büyük bir kısmını ortaya çıkarabilir. Kızılgerdanlar kırmızıya tepki verir. Erkeklerde, diğer erkeklere "bölgemden çıkın" sinyali verir. Kırmızı elbette kundalini ile bağlantılıdır. Kızılgerdanda ise, diğer renklerle seyreltilmiş gibi daha çok pas rengine benzer. Bu durum, göğüs bölgesinin tamamını kaplamasıyla birlikte, hayatınızın her alanında yeni bir büyümeyi teşvik edecek şekilde aktive olduğunu yansıtır.

Kızılgerdanın şarkısı neşeli, akıcı bir tınıdır. Amacının bir kısmı, kızılgerdanın bölgesini belirlemesine yardımcı olmaktır. Aynı bölgedeki iki erkek kızılgerdan kabarır ve tüm güçleriyle şarkı söyler. Kızılgerdanlar arasındaki bölge kavgaları genellikle şarkı söyleyerek gerçekleşir. Fiziksel çatışmalar ise daha çok semboliktir ve yaralanma içermez. Bu, bu kuşu totem olarak benimseyen herkes için çok önemlidir. Yeni bir büyüme istiyorsanız kendi şarkınızı söylemeniz gerektiğini yansıtır. Herhangi bir

çatışma veya engel, gerçek bir tehditten ziyade bir gösteridir, bu yüzden ilerleyin.

Kızılgerdan, kendine özgü açık mavi bir yumurta bırakır. Bu renk, insanlarda boğaz merkezini harekete geçirmek için sıklıkla kullanılır. Bu merkez, irade gücü ve yaratıcılıkla ilişkilidir. Kızılgerdan yumurtası, bu totemine sahip olanların, hayatlarında yeni bir büyüme yaratmak için irade gücünü kullanma konusundaki doğuştan gelen yeteneğini yansıtır. Kızılgerdan size geldiğinde, bu süreçte size yardımcı olmak içindir. Bunu uygunsuz veya etkisiz bir şekilde yaptığınızı yansıtabilir. Her iki durumda da, kızılgerdan size bunu nasıl başarılı bir şekilde yapacağınızı gösterecektir.

Her iki ebeveyn de yavruların beslenmesinde rol oynar; ortalama olarak her on iki dakikada bir. 37 Bu gereklidir, çünkü yavrular tamamen tüysüz doğarlar. Yine de, kızılgerdanın yılda birden fazla yavru yetiştirecek enerjisi vardır. Bu da yine kırmızı renkte yansıyan yaratıcı yaşam gücünün aktivasyonunu yansıtır. Kızılgerdana bu yeteneği veren şey kalbidir.

**SERÇE**

*AÇILIŞ KONUŞMASI: Sıradan Asaletinin Uyanışı ve Zaferi*

ENERJİ DÖNGÜSÜ: *Yıl boyu*

Serçe, eskiden bugün olduğu gibi zararlı bir kuş olarak görülmemiştir. Neşeli, girişken ve birçok av türüne karşı kendini koruyabilen bir kuştur. Serçe her türlü yaşam alanında yaşar. Amerika Birleşik Devletleri'nde doğal bir kontrol mekanizması bulunmadığı için inanılmaz bir hızla çoğalmıştır.

Serçenin de birçok kuş gibi kendine özgü bir efsanesi vardır. Bir hikayeye göre, İsa'nın çarmıha gerilişi boyunca orada bulunan tek kuş serçeydi ve bu da onu uzun süren acılardan sonraki zaferin sembolü haline getirmiştir.

Britanya'da ev tanrılarının sembolüydü; Orta Çağ'da ise Avrupa'nın dört bir yanında köylülerin ve alt sınıfların sembolüydü. O dönemde köylüler, çoğu zaman derebeylerinin gücü altında çaresiz durumdaydılar.

Bu nedenle, önemsiz bir serçenin kurtlar, ayılar ve kartallar gibi güçlü düşmanlara -geleneksel olarak soyluların ve köylülere kötü davrananların sembolleri olan hayvanlara- nasıl üstün geldiğine dair hikâyeleri dinlemeyi çok severlerdi.

Çoğalma ve yırtıcılara rağmen kendini savunma yeteneği, sıradan insanın asaletinin özünde güçlü olduğu fikrini yansıtır. Serçeyi totem olarak benimseyenler, etrafınıza bakın. Başkalarının onurunuzu elinizden almasına izin mi veriyorsunuz? Kendi öz değerinizi mi unuttunuz? Her zaman bir tiranın -insan ya da toplumsal- baskısı altında olacağınızı mı düşünmeye başladınız? Serçe size nasıl hayatta kalacağınızı gösterecektir. İçinizde yeni bir onur ve öz değer duygusu uyandıracak ve dış koşullara rağmen zafer kazanmanıza yardımcı olacaktır.

Şarkı serçesi bunun çok sembolik bir örneğidir. Boğazında ve göğsünde ters üçgen şeklinde üç benek bulunur. Boğazının her iki yanında koyu bir benek ve göğsünün ortasında açık bir benek vardır. Bu, kalbi ve boğaz merkezlerini uyandırmak için enerjinin aşağıya çekilmesini yansıtır. Bu, içsel haysiyetinizi ortaya çıkarmak ve hayatınızda şarkı söylemesini sağlamak için iradenin bir ifadesidir. Serçenin öğretebileceği şey budur.

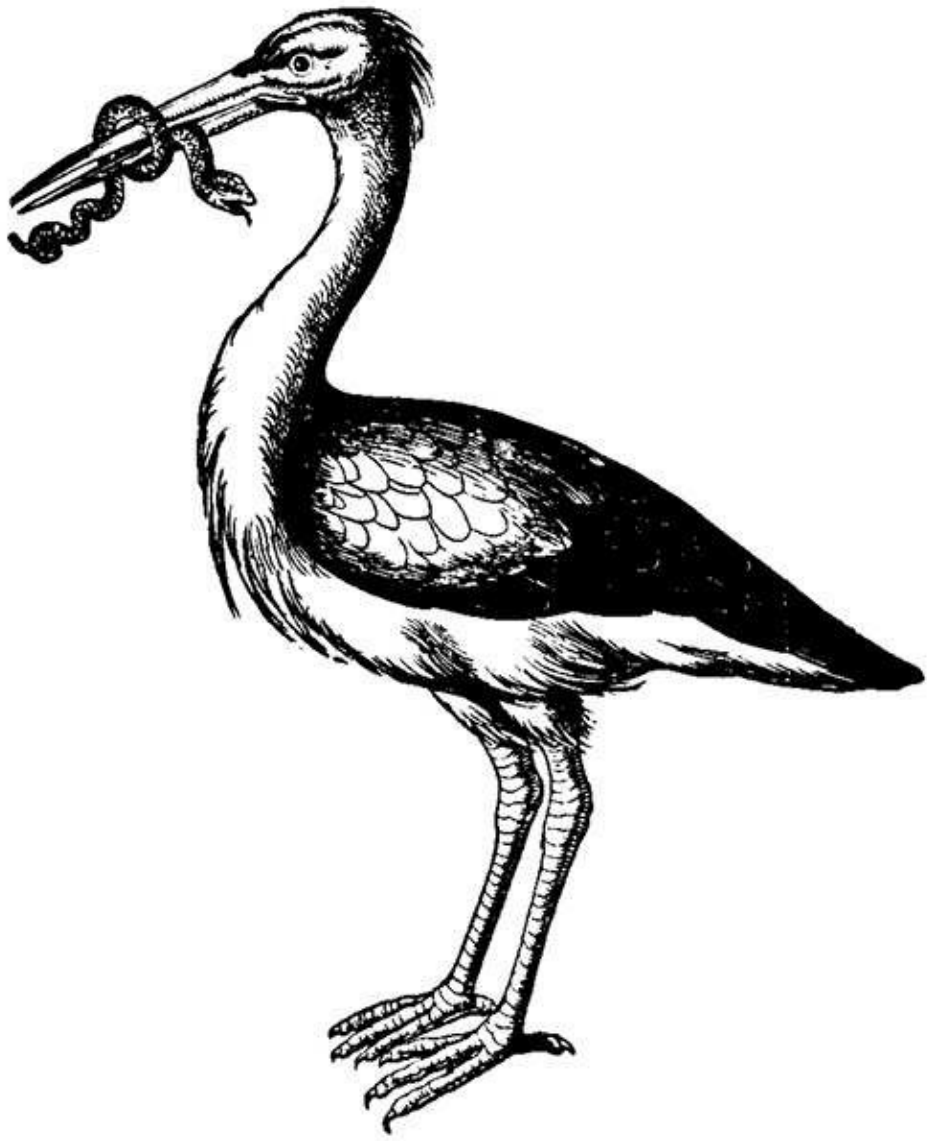
**SIĞIRCIK**

*AÇILIŞ KONUŞMASI: Grup Davranışı ve Görgü Kuralları*

GÜÇ DÖNGÜSÜ: *İlkbahar*

Sığırcık çok sosyal bir kuştur. Yuva yapmadıkları zamanlarda bir araya gelerek devasa sürüler oluştururlar. Neredeyse her zaman birlikte seyahat

ederler ve sürüler halinde beslenirler. Bu nedenle, sığırcıklar grup davranışı ve görgü kurallarıyla ilgili dersler verirler. Öğretebilirler



Bu, gruplar içinde nasıl daha etkili olacağınızı ve davranışlarınızın grup durumları için nasıl uygunsuz olduğunu gösterir. Topluluk veya grup davranışı ile ilgili her şey, iyi ya da kötü, sığırcık öğretilerinin kapsamına girer. Uygunsuz grup davranışına bir örnek, sığırcıkların diğer kuşlara sık sık yaptığı toplu saldırıdır. Kızılgerdanlar, mavi kuşlar, çalıkuşları ve hatta kerkenezler zaman zaman sığırcıklar tarafından saldırıya uğrayıp

dövülmüştür. Sadece baykuş, bu tür sığırcık davranışlarına karşı çok dayanıklıdır.

Eğer hayatınızda sığırcık kuşları belirdiyse, kendinize bazı önemli sorular sorun. Hayatın size karşı birleştiğini mi hissediyorsunuz? Başkalarına gereksiz yere baskı mı uyguluyorsunuz? Son zamanlarda grup ortamlarındaki davranışlarınız nasıl? Bu, olası yanlış davranışlara karşı dikkatli olmanız gerektiğine dair bir uyarı bile olabilir. Eğer kendinizi kalabalık tarafından kuşatılmış hissediyorsanız, bu durumu hayatınızdan uzaklaştırmak için baykuşu inceleyip üzerinde meditasyon yapabilirsiniz.

İlkbaharda sığırcığın gagası sarıdır. Bu, sesli ifade açısından daha güçlü bir enerjiyi yansıtır. Ne söylediğinize dikkat etmeniz gerekebilir, çünkü insanlar bunu yanlış anlayabilir veya abartabilir. Bu genellikle, başkalarının sözlerine karşı hassasiyetinize de dikkat etmeniz gerektiğinin bir göstergesidir.

Sığırcık, düzinelerce kuşu taklit edebilme yeteneğine sahiptir. Bu, topluluk kavramının derslerini yansıtır. Çok sayıda insanın bir toplulukta barış içinde yaşayabilmesi için çeşitli dillerde iletişim kurabilme yeteneği gerekir. Sığırcık da bunun bir kısmını yansıtır. Sürüdeki diğerleriyle daha açık bir şekilde (sarı gaga) iletişim kurabilme yeteneğinin sembolüdür.

**LEYLEK**

*AÇILIŞ KONUŞMASI: Doğum ve Sözsüz İletişim*

ENERJİ DÖNGÜSÜ: *Yıl boyu*

Leylek, yeni doğuşun en eski ve en güçlü sembollerinden biridir. Çin'de turna kuşuyla benzer anlamlara sahip bir semboldü. Ayrıca Roma tanrıçası Juno için kutsal bir kuş olduğuna inanılıyordu.

Ev, çocuklar ve aile sadakatinin tanrıçası olan leylek, aynı zamanda Hristiyanlığın ilk dönemlerine ait efsanelerle de ilişkilendirilmiştir. Çocukken duyduğum bir hikayede, leyleğin çarmıhın etrafında dönerek İsa'ya sempati ve güç sunduğu anlatılırdı.

Leylek, bazı masal ve efsanelerde insanlığın yakın bir akrabası olarak bile kabul edilir. Bu efsanelere göre leylek, zaman zaman insan şeklini alabilen bir kuştur. Yaralandığında insan gözyaşları döktüğü söylenir.

Leylek, kıyı bölgelerinde ve sığ sularda yürümesini sağlayan uzun bacaklara sahip bir su kuşudur. Bu tür alanlar genellikle Periler Diyarı'na giriş yolları olarak kabul edilirdi. Ayrıca duygularla ve suyun yaratılış sembolizmiyle olan bağlantıyı da yansıtır.

Leylekler, duygularımızı anlamamıza ve doğum sürecinin tadını çıkarmamıza yardımcı olabilir.

Leylek, yavrularına olan bağlılığıyla bilinir. Çok ilgili ve koruyucu ebeveynlerdir. Bu durum, leylek ile Roma tanrıçası Juno arasındaki bağlantıyı açıklamaya yardımcı olur. Leylekler genellikle her yıl aynı yuvaya geri döner ve aynı yuvada yavrularını büyütürler.

Bu bile, leyleğin kendi hayatınızdaki rolüne dair bazı ipuçları verebilir. Temellere geri dönmeniz mi gerekiyor?

İçinizdeki çocuğa yeterince özen gösteriyor musunuz? Aile köklerinizle bağınızı mı kaybettiniz? Hayatınızda ortaya çıkardığınız projeleri ve faaliyetleri beslemek ve onlara özen göstermek için zaman ayırıyor musunuz?

Leylek görmek veya leyleği totem olarak benimsemek her zaman iyi şans olarak kabul edilmiştir. Leylekler hayatınızda yeni bir doğuşun sembolüdür. Bir bakıma hayatın yenileneceğini ve yeni bir neşe ve umut duygusu

uyandıracak fırsatların ortaya çıkacağını yansıtırlar. Geleneksel halk inanışında, evin üzerinden uçan bir leylek, doğumun yaklaştığını gösterirdi.

Leyleklerin iletişim için gerçek bir sesi yoktur. Ancak çeşitli amaçlar için sergiledikleri karmaşık duruşları, jestleri ve dansları vardır. Gagalarını çırparlar, gösterişli yürüyüşler yaparlar ve kanat çırparlar; her duruşun bir anlamı vardır. Bu da leyleği kutsal dansın kadim gizemleriyle ilişkilendirir.

Dans, içgüdüsel güçleri ve enerjileri uyandırabileceğimiz bir araçtır. Diğer boyutları fiziksel dünyayla birleştirmenin bir yoludur.

Leylek, özellikle doğurganlık dansları olmak üzere, kutsal dansın kadim bilgisini barındırır. Bir totem olarak leylek, kelimeler yerine hareket ve aktivite yoluyla hayatınızın herhangi bir alanında kendi doğurganlığınızı nasıl uyandıracağınızı öğretebilir. Kendi doğurganlığınızın ve yaratıcılığınızın uyanışını güçlendirmek ve desteklemek için çıngırakları ve davulları nasıl kullanacağınızı gösterebilir.

Leylek, en büyük başarı için hareketlerinizi nereye odaklamanız gerektiğini ve ritimlerinizin nerede bozuk olduğunu ve gelişiminizi nasıl engellediğini gösterebilir. Doğru dans yoluyla daha büyük bir enerjiyi nasıl harekete geçireceğinizi gösterebilir. Leylek, enerjilerin dansla nasıl yaratıldığını, daha doğrusu dans aracılığıyla nasıl çağrıldığını ve meydan okunduğunu öğretecektir. Kutsal dans yoluyla mevcut koşulları nasıl aşacağınızı ve yeni bir doğuş için nasıl fırsat yaratacağınızı gösterecektir.

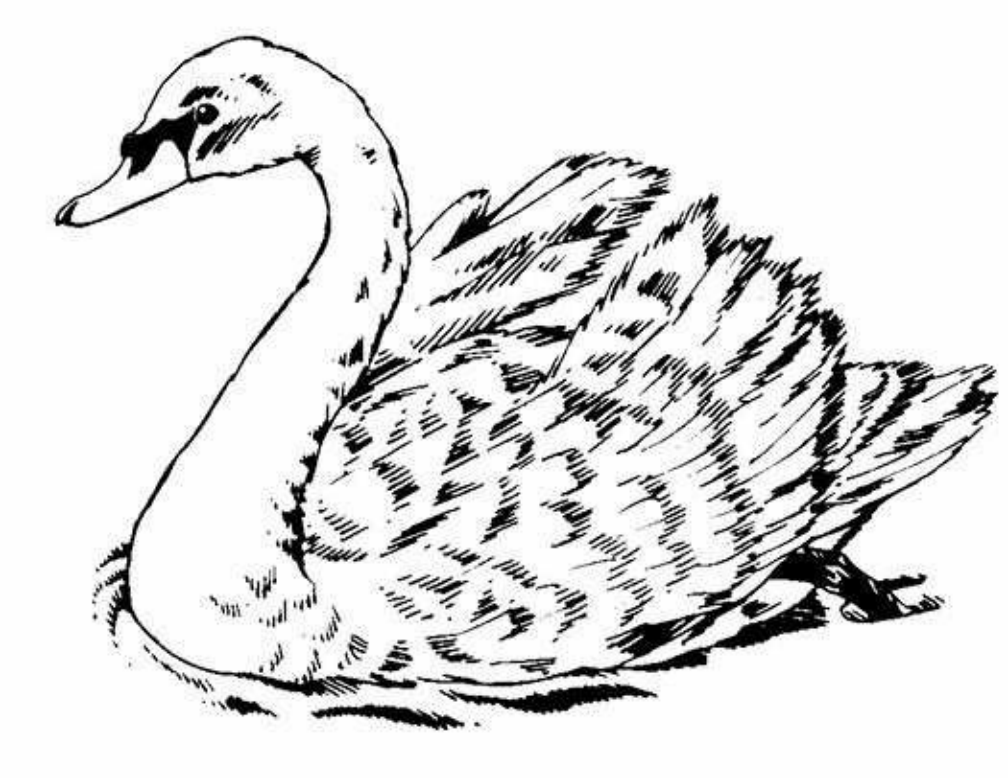
**YUTMAK**

*ANA KONUŞMA: Ev İçin Koruma ve Isıtma ve Doğru Bakış Açısı*

GÜÇ DÖNGÜSÜ: *Yaz*

Kırlangıç, genellikle yazın gelişini müjdeleyen sevilen bir kuş olarak kabul edilir. Kırlangıçlar sıcak havaları takip etme eğilimindedir ve bu nedenle yazın en kesin işaretlerinden biri olarak kabul edilirlerdi. Öte yandan, bir kırlangıcın yaz getirmediğini de duymuşum.

Kırlangıcın kendine özgü efsaneleri ve öyküleri vardır. Bir Hint efsanesi, kırlangıcın güneşten ateşi çalıp kuyruk tüyleriyle yeryüzüne getirdiğini anlatır. Bu eylem nedeniyle kuyruk tüyleri çatallı ve diken gibi bir şekil almıştır.



Kırlangıç sıcak havalarla birlikte görüldüğü için güneş ve ateşle ilişkilendirilir.

Güneydoğu Kızılderilileri, kırlangıç ailesine ait olan mor kırlangıçlar için içi boş kabaklar asarlardı. Kırlangıçların incelenmesi, bu türün özel sembolizmi hakkında daha fazla bilgi sağlayacaktır.

Orta Çağ'da, kırlangıçla ilgili çeşitli inançlar vardı. Birçok kişi, kırlangıçların görme yeteneğini geri kazandırabilecek sihirli bir taş veya sihirli bir bitki (Kırlangıçotu) bildiğine inanıyordu. Kırlangıçotu (küçük kırlangıçotu) üzerine yapılacak bir çalışma, daha fazla bilgi sağlayabilir. Bir İskandinav efsanesinde, kırlangıç çarmıhın üzerinde süzülerek İsa'ya "neşelen" diye seslenirdi.

Bir evin üzerinde yuva yapan kırlangıç, özellikle yangın ve fırtına gibi felaketlerden korunmayı ve muhafaza edilmeyi simgelerdi. Yüksekte uçan bir kırlangıç, havanın iyi olacağının göstergesiydi. Yere daha yakın uçan bir kırlangıç ise yağmurun geleceğini işaret ediyordu. Kırlangıcın gerçek özelliklerinin ve davranışlarının incelenmesi, onun totem olarak rolünü ve yeteneklerini tanımlamaya yardımcı olacaktır.

Kırlangıç, böcek yiyen küçük bir kuştur. Gagası küçüktür, ancak ağzı inanılmaz derecede geniş açılır. Bu, iletişimin göründüğünden daha fazlası olduğuna işaret eder. İnsanlar aslında başka anlamlar taşıyan şeyler mi söylüyorlar? Farkında olduğumuzdan daha fazlasını mı söylüyoruz? Söyleneni daha yakından dinlememiz ve kimin söylediğinden veya nasıl ifade edildiğinden etkilenmememiz mi gerekiyor? Hatta kendi sözlerinizde veya başkalarının sözlerinde gizli bir bilgelik olduğunu bile gösterebilir.

Kırlangıç birçok zararlı böcekle beslenir. Evinizin yakınında yuva yapan kırlangıçlar, can sıkıcı böcekleri kontrol etmenize yardımcı olur ve bu da evin ve ev ortamının ince bir şekilde korunmasını yansıtır. Eğer hayatınızda bir kırlangıç belirirse, bu hayatınızdaki can sıkıcı böcekler hakkında ne söylüyor? Hayatınızdaki şeyleri daha fazla kontrol etmeniz mi gerekiyor? Bir sürü küçük rahatsızlık birikiyor mu? Başkaları için çok fazla "can sıkıcı böcek" mi oluyorsunuz? Hayatın önemsiz, sıradan işlerine çok fazla dalıp ilerlemiyor musunuz? Başkaları da öyle mi yapıyor? Kırlangıç, bunun herhangi bir yönünde bize yardımcı olabilecek bir enerji getirir.

Kırlangıç zarif bir uçucudur ve aslında yerde çok az zaman geçirir. Bu, bu toteme sahip olanlar için hatırlanması gereken önemli bir noktadır. Kendinizi sıradanlığın içine çok fazla kaptırmayın. Kırlangıç genellikle eski sorunları ve meseleleri tekrar tekrar ele alıp ilerlememenize izin verdiğinizde ortaya çıkar. Bu, biraz perspektife ihtiyacınız olduğunun bir işaretidir.

Kırlangıcın bacakları ve ayakları küçük ve zayıftır. Bu, yukarıdaki paragrafta belirtilen fikri pekiştirir. Eğer bir kırlangıç ortaya çıktıysa, size olayları yalnızca sıradan bir bakış açısıyla ele almaya çalışırken en zayıf olduğunuzu söylüyor olabilir. Bunun üstesinden gelin.

Daha iyi bir bakış açısı kazanabilmek için ilerleyin. Sorunlardan uzaklaşmadığınız zaman onları çözmede en zayıf noktanızdır. Mesafe, kendinizi ve başkalarını nasıl güçlendireceğinizi ve koruyacağınızı net bir şekilde görmenize yardımcı olacaktır.

Nesnellik anahtardır. Nesnelliğinizi koruyarak, evinizi kolayca koruyabilir ve hem kendi hayatınıza hem de dokunduğunuz kişilerin hayatına daha fazla sıcaklık katabilirsiniz. Kırlangıç, çevrenizi zararlılardan arındırmanıza ve evde sevgi dolu bir sıcaklık enerjisi yaratmanıza yardımcı olabilir.

**KUĞULAR**

*AÇILIŞ KONUŞMASI: Benliğin Gerçek Güzelliğini ve Gücünü Uyandırmak*

GÜÇ DÖNGÜSÜ: *Kış*

Kuğu, en güçlü ve en eski totemlerden biridir. Bu, adında bile kendini gösterir. İngiliz dilindeki en eski isimlerden biridir ve Anglo Sakson döneminden beri değişmeden günümüze kadar gelmiştir.

Kuğu, uzun ve zarif boynu ve güzel beyaz tüyleriyle görkemli bir su kuşudur. Tüm su kuşlarının en büyüğüdür. Yumuşak su bitkileriyle beslenir ve gagası o kadar hassastır ki su altında bir dokunaç görevi görür. Bu toteme sahip olanların duyguları daha hassas hale gelir ve başkalarının duygularına karşı da daha duyarlı hale gelirler.

Kuğu genellikle tamamen beyazdır (boynuzları ve ayakları hariç). Bu da onu güneş sembolü yapar. Siyah kuğu (Avustralya) da vardır ve daha çok gece sembolüdür. Ayrıca nadir ve/veya var olmayan bir şeyin sembolü olarak da kabul edilir.

Kuğunun boynu uzun ve zariftir. Bu, kuğunun en ayırt edici özelliklerinden biridir. Boyun, baş (yüksek alemler) ve beden (alt dünyalar) arasında bir köprü görevi görür. Kuğu totteminde, kendi gerçek güzelliğinizi fark etmeye başladığınızda, yeni alemlere ve yeni güçlere köprü kurma yeteneğinizi geliştirirsiniz. İç güzelliğinizi uyandırma ve onu dış dünyaya bağlama yeteneği, kuğu tıbbının öğretebileceği şeylerden biridir. Dış görünüşlerden bağımsız olarak, kendinizde veya başkalarında iç güzelliği nasıl görebileceğinizi gösterebilir. Bunu yapabildiğimizde, başkaları için bir mıknatıs haline geliriz. Bu, Hans Christian Andersen'in tanıdık öyküsü "Çirkin Ördek Yavrusu"nda yansıtılmıştır.

Kuğu, soğuğu seven bir kuştur. Sıcağı sevmezler ve yiyecek olduğu sürece soğuğa çok iyi dayanabilirler. Bu toteme sahip olanlar, sıcak iklimlerden ziyade soğuk iklimlere daha kolay uyum sağlarlar. Bu nedenle, kuğunun Kuzey yönüyle de bağlantısı vardır ve sembolizmi de incelenmelidir.

Kuğu türü ve özellikleri, hem kendisi hem de sizin için benzersiz bir öneme sahip olacaktır. Tüm kuğuların en büyüğü trompetçi kuğudur. Yüksek ve uzaklara yayılan çağrısından dolayı bu adı almıştır. Islıkçı kuğu en yaygın olanıdır. Çıkardığı ses aslında ıslıktan çok bir çığlık gibidir. Amerika'da en çok bilinen dilsiz kuğu ise, olgunluğa eriştiğinde sesini kaybettiği

inancından dolayı bu adı almıştır. Gerçekten sessiz değildir, ancak sessizlik yoluyla elde edilen gücün somut bir örneğini oluşturur.

Kuğular güçlü kuşlardır. Kanat çırpışlarıyla bir insanın kolunu kırabilirler ve ısırıkları da çok güçlüdür. Ayrıca sadık ebeveynlerdir ve ömür boyu eşleşirler; bazıları 80 yıla kadar yaşar. Kuğular, içimizdeki güzelliği ve gücü keşfettiğimizde mümkün olan gücü ve uzun ömrü yansıtırlar.

Kuğu, çocuğun, şairin, mistiğin ve hayalperestin totemidir. Kuğular, genellikle güzellik ve zarafetin geleneksel sembolleri olarak mitoloji ve halk hikayelerinde yer alır. Kuğular, aşk tanrıçası Afrodit için kutsaldı. Apolo'nun arabasını çekerken tasvir edilirlerdi.

Zeus, ölümlü bir kadın olan Ledo ile sevişmek için kuğu şeklini aldı; bu, kuğunun farklı dünyaları ve boyutları birbirine bağlama yeteneğini yansıtıyordu.

Kuğu, halk hikayelerinde ve masallarda yer alır. Birçok hikaye, genç kızların sihirli bir kuğu derisi giysisi giyerek kuğuya dönüştüğünden bahseder. Eğer deri bulunursa, güzel kızın insan olarak kalması ve deriyi bulan kişiyle evlenmesi veya onun emirlerini yerine getirmesi gerekir.

Kuğu böylece peri diyarının yaşam alanına bir bağlantı haline gelmiştir. Kuğuları konu alan bu öykülerin çoğu trajik bir şekilde sona ermiş, güzelliğin özgürce ortaya çıktığında yaşamı değiştiren temel gücüne işaret etmiştir. Bu, böyle bir enerjiyle etkili bir şekilde çalışmak için gerekli olan kontrolün bir göstergesidir.

Kuğu şarkısının gizemi Yunanistan'dan geliyor. Bu inanışa göre kuğu, ölmeden hemen önce en güzel şarkısını söylerdi.

Kuğu şarkısı, şiirsel hayal gücüyle eş anlamlı hale gelmiştir. Kuğu, şarkı ve şiirin gizemlerini öğretebilir, çünkü bunlar çocuğa ve içindeki güzelliğe dokunur.

**SÜRATLİ**

*AÇILIŞ KONUŞMASI: Büyük Görevde Hız ve Çeviklik—Tükürükten Elde Edilen Sihirli İksir*

GÜÇ DÖNGÜSÜ: *Akşam*

Kırlangıç, geriye doğru kıvrık ve sert kanatlara sahip küçük bir kuştur. Uçuşu hızlıdır ve adından da anlaşılacağı gibi çok çeviktir. Kuyruğu kısadır ve neredeyse görünmezdir; bu da herhangi bir işte ayak sürüklememeye duyulan ihtiyacı yansıtır. Eğer hayatınıza kırlangıçlar girdiyse, kendinize bazı sorular sormanız gerekir. Fırsatlar ortaya çıktığında harekete geçmiyor musunuz? Siz veya çevrenizdekiler çok fazla tereddüt mü ediyorsunuz? İşleri çok hızlı yapmaya çalışıp bu süreçte kontrolü mü kaybediyorsunuz?

Kırlangıç kuşu, hayatta insanlara ve durumlara hız ve çeviklikle nasıl tepki vereceğimizi bize öğretebilen bir kuştur. Karşımıza çıkan her fırsattan nasıl yararlanacağımızı gösterir. Kırlangıç kuşu en aktif olduğu zaman akşam saatleridir, ancak günün neredeyse her saatinde beslenirken görülebilir. Bu, fırsatları değerlendirme ve bunlara hızla yanıt verme yeteneğini yansıtır. Kırlangıç kuşu bize tereddüdün gerçekten fırsat kaybına yol açabileceğini öğretir.

Kırlangıç, kendi tükürüğüyle yapıştırdığı fincan şeklinde bir yuva yapar. Tükürük ve iyileştirici kullanımı, ayrıca içimizdeki yaşamın temel sıvılarıyla olan bağlantısı konusunda muazzam bir mistisizm vardır. Yapıştırıcı madde olarak kullanılması, çeşitli amaçlar için yaşam enerjilerinden ve sıvılarından yararlanma yeteneğini yansıtır.

Tantrizm ve Taoizm'de tükürük etrafında yoğunlaşan muazzam bir mistisizm vardır. Cinsel olarak uyarılmış bir kadının tükürüğünün, şifa ve sihirli tılsımları şarj etme de dahil olmak üzere büyük bir güce sahip olduğuna inanılır. Tükürük, uzaktan şifa için bir "şahit" olarak kullanılabilir. Şahit, kişiyi psişik olarak temsil eden herhangi bir şeydir. Kişiye ve enerjisine bir bağlantıdır.

Bazı doğu uygulamalarında tükürük, birçok işlevi yerine getirebilen bir nektar olarak kabul edilirdi. Fizyolojik olarak vücudu serinletir ve sistemi besler. Özellikle bir kadının tükürüğünün, cinsel uyarılma halindeyken alındığında iyileştirici ve ömrü uzatıcı güce sahip olduğu düşünülürdü.

Öpüşme, tantrik ve Hindu aşk uygulamalarında sıklıkla ele alınan bir konudur. Farklı öpüşme biçimleri farklı işlevlere hizmet eder. Toteminde kırlangıç bulunan herkesin, tükürüğün belirli amaçlar için aktarılmasını içerdiği için bu konuları araştırması faydalı olacaktır.

Öpüşmenin ruhsal koruma biçimi olarak kullanımı da çok eski zamanlara dayanmaktadır. Öpücüğün (ve tükürüğün) yerleştirilmesi ruhsal enerji verir ve ruhsal merkezleri harekete geçirir. Tükürük, vücutta uyumsuzluğa en yatkın bölgeleri mühürler ve korur; ayrıca cinsel aktivite sırasında sevgi enerjisinin daha geniş bir alana yayılmasına yardımcı olur. Bu durum, yuvasını tükürükle mühürleyen kırlangıcın enerjilerinde de yansıtılmaktadır.

Kupa şeklindeki yuva, kırlangıç totemine sahip herkes için anlam taşır. Kupa, Kutsal Kase'nin sembolüdür ve bu kaseyi aramak, ruhsal özümüzü ve onu bu yaşamda en iyi nasıl tezahür ettirebileceğimizi bulmamıza yol açar.

Kupalar dişil enerjilerle ilişkilendirilir. Kupa, iksirleri (tükürük) tutar ve içerir. Bereket boynuzu gibi onları dökmek için kullanılabilir. Yuva, dişil enerjilerinizi hızlı ve güçlü bir şekilde harekete geçirmeniz için bir

hatırlatmadır. Sularınızı çekmeyi ve içsel sihri hayata geçirmeyi öğrenin. Bu konuda hızlı olan size yardımcı olacaktır.

**SWISHER**

*AÇILIŞ KONUŞMASI: Peri Diyarına Uyanış, Başarı—Başarı Uğruna GÜÇ DÖNGÜSÜ: Alacakaranlık-Yaz*

Bu kuşa sıklıkla gece kuşu denir, ancak aslında bir şahin değildir. Kırbaç kuyruklu kırlangıcın bir akrabasıdır. 38 Gece ve gündüzün kesiştiği, alacakaranlık dediğimiz anı yansıtan, beyaz, siyah ve bej renkli çeşitli tüylere sahip bir kuştur.

Alacakaranlık, kuğu kuşunun en aktif olduğu zamandır. Bu zaman uzun zamandır periler, elfler ve ruhların uyanışıyla ilişkilendirilmiştir. Kuğu kuşu "Ara Zaman"ın bir kuşudur ve genellikle Peri Diyarı'ndakiler için bir ulaşım aracı veya taşıt olarak görülür.

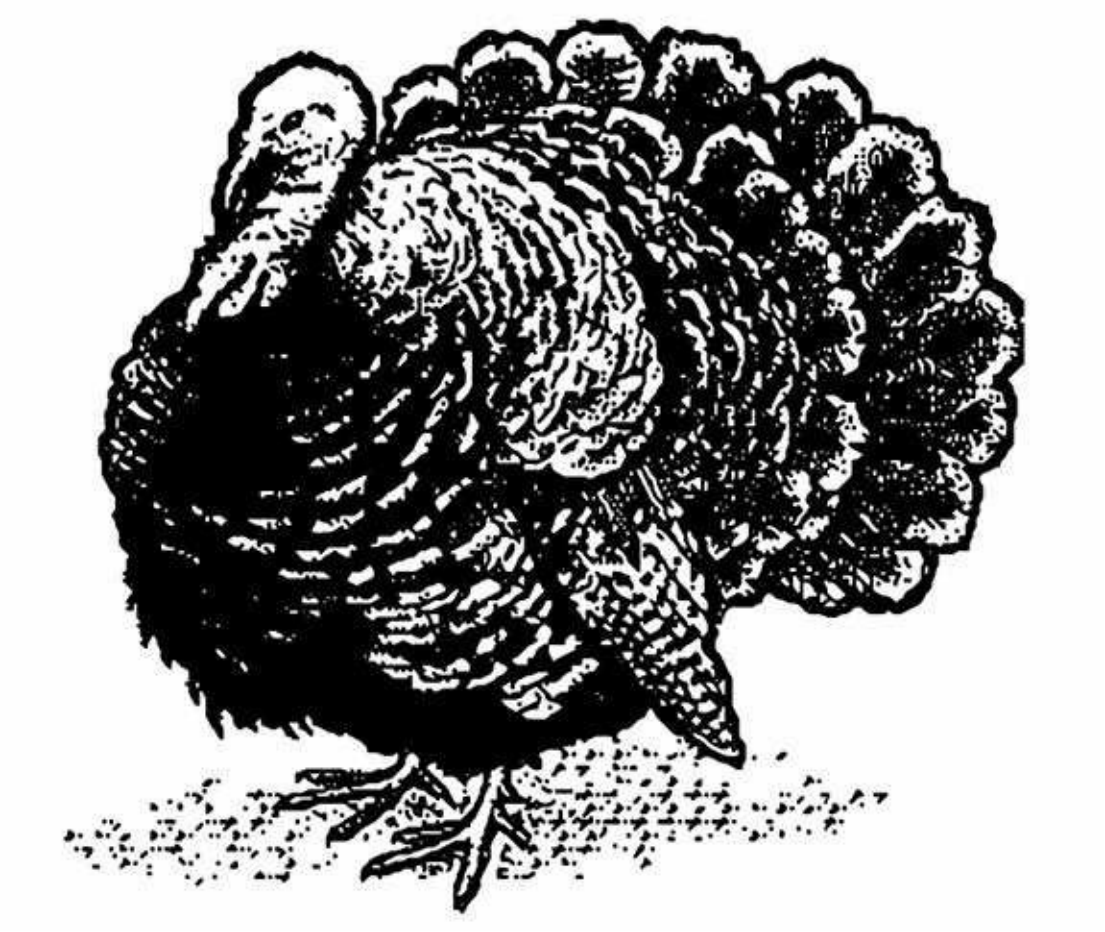
Swisher kuşu, eskiden keçi sütü emdiklerine dair eski bir inanış nedeniyle "keçi emiciler" olarak adlandırılan bir kuş grubunun parçasıdır. Bu inanış muhtemelen, evlerinin yakınındaki çiftliklerdeki keçilerden ve ineklerden süt emen yaramaz cinler ve perilerle ilgili halk inanışlarından kaynaklanmıştır.

Pek çok kötü davranış ve talihsizlik, mantıklı bir açıklaması olmadığında elflere ve perilere atfedilirdi. Sütün ekşimesi, eşyaların kaybolması ve hatta süt çalınması bile onlara bağlanırdı. Avrupa kökenli "keçi emiciler" ve diğer "keçi emiciler" alacakaranlıkta ve gece (elf ve perilerin aktif olduğu zaman) aktif olduklarından, Peri Diyarı'ndakilerin taşıyıcıları olarak kabul edilirlerdi.

Swisher kuşunun kısa gagası ve geniş ağzı vardır. Alacakaranlıkta avlanır ve uçarken yakaladığı böcekleri yer. En çok alacakaranlıkta ve gece vakti

dikkat çeker ve aktiftir. Bu, swisher kuşunu totem olarak benimseyen kişiler hakkında çok şey yansıtır. Genellikle o kadar aktif olurlar ki, sanki sürekli kaçıyormuş gibi görünürler. Swisher kuşu hayatlarına girenler için, "Ara Zamanlara" -şafak, alacakaranlık, gece yarısı, öğlen, yani ne biri ne de diğeri olan tüm zamanlara- dikkat etmek önemlidir. Bunlar en büyük ilham ve güç zamanları olacaktır. Tüm faaliyetlerinizde kendinizi daha etkili bulacaksınız.

Diğer gece kuşları veya keçi emici kuşların aksine , şakrak kuşu daha çok görülür, duyulmaz. Birçok insan onları gece görür, ancak çoğu zaman fark etmez.



Ne gördüklerinin farkına varıyorlar. Birçoğu bunu yine periler ve elflerle doğrudan bir bağlantı olarak görüyor; onların etrafta olup fark edilmemeleri söz konusu.

Eğer hayatınıza bir "swisher" girdiyse, hayatınızdaki bazı yönleri incelemek isteyebilirsiniz. Kendinizi ihmal edilmiş mi hissediyorsunuz? Hayatınızdaki önemli kişileri ihmal mi ediyorsunuz veya onlara saygı göstermiyor musunuz? Sadece görevlerinizi tamamlamaya odaklanmanız gerekirken, dikkat çekmeye mi çalışıyorsunuz? Siz veya çevrenizdekiler dikkat çekmeye mi çalışıyorsunuz? Kendinizi arada kalmış ve hiçbir şey başaramıyormuş gibi mi hissediyorsunuz? Swisher size hayat görevlerinizi yapmayı ve bunları gereksiz dikkat çekmek için değil, sadece yapmanın kendisi için iyi yapmayı öğretecektir. Kendi kendinizi övmenize gerek olmadığını öğretecektir. İşinizi iyi yaptığınızda, başkaları sizin için bunu yapacaktır. Swisher kendi yuvasını kurmaz. İki yumurtasını çıplak toprağa bırakır. Bu kendi başına son derece önemlidir. Gösterişe ihtiyacı yoktur.

Dünyayı yuvası olarak görür ve yaratıcı yaşamı ortaya çıkarır. İki yumurta, numerolojik karşılığı araştırmak isteyenler için de sembolik bir öneme sahiptir.

**HİNDİ**

*ANA KONUŞMA: Paylaşılan Nimetler ve Hasat*

GÜÇ DÖNGÜSÜ: *Sonbahar*

Hindi bazen "yer kartalı" olarak da adlandırılır. Maneviyat ve Toprak Ana'ya saygı ile uzun bir geçmişi vardır. Dünya'nın içerdiği tüm nimetlerin ve bunları en iyi şekilde kullanma yeteneğinin sembolüdür. Hindi on iki yıla kadar yaşayabilir. On iki sayısı önemlidir çünkü Dünya on iki ayda Güneş etrafında döner ve bu da hindi ile Dünya'nın yaşam döngüsüne duyulan

saygı arasındaki bağı yansıtır. Hindiyi totem olarak benimseyenler genellikle bereketli bir yıl bekleyebilirler.

Hindiler bu kıtaya özgü kuşlardır ve hatta Aztekler ve Mayalar tarafından bile yetiştirilmişlerdir. Hindinin neredeyse her parçası kullanışlıydı. Yiyecek olarak kullanılırlardı. Tüyleri süsleme için kullanılırdı ve hatta kemikleri bile düdük yapımında kullanılırdı.

Hindilerin, Kızılderililer arasında karmaşık bir mitolojisi vardır. Hindi, dünyanın yaratılmasına yardımcı olmuş, insanlara mısır yetiştirmeyi öğretmiş ve baykuş gibi kötü ruhlarla savaşmıştır. Bazı hikayeler, Kızılderili büyücülerin kendilerini hindiye dönüştürerek diğer köylerde dolaştığını anlatır.

Hindi, tavuk ailesinin bir üyesidir ve hindi totem hayvanı olan herkes tarafından hindinin özellikleri de incelenmelidir.

Bazıları bu kuşun adının İbranice'de tavus kuşu anlamına gelen "tukki" kelimesinden geldiğine inanıyor.

Hindi, en uyum sağlayabilen kuşlardan biridir. Bir zamanlar tehdit altında olmasına rağmen, şimdi vahşi doğada yeniden güçlü bir şekilde varlığını sürdürüyor. En büyük tehdit, yaşam alanlarının kaybıdır. Çoğu ortama uyum sağlayabilseler de, tercihleri ormanlık alanlardır. Hindinin beslenmesi çeşitlidir, ancak günde yarım kiloya kadar meşe palamudu yiyebilirler. Kuruyemişler ve meşe palamudu genellikle gizli bilgelik ve yeni büyüme tohumlarıyla ilişkilendirilmiştir. Bunlarla beslenen hayvanlar ve kuşlar, bilgelik ve/veya büyüme şeklinde yeni beslenmenin muhtemel olduğunu yansıtmıştır. Hindinin ayrıca sincapların yiyecek depolarını çaldığı da bilinmektedir.

Erkek hindinin parlak kırmızı, etli bir gerdanı ve alnında kendine özgü şişkin bir çıkıntısı vardır. Sarkık haldeyken, gevşek bir anten gibi gagasının

üzerinde sarkar. Bir erkek diğerine meydan okuduğu zamanlarda olduğu gibi şişebilir. Bu çıkıntı çok semboliktir. Geleneksel metafizikte genellikle hipofiz beziyle ilişkilendirilen içsel görüş olan üçüncü göz fikriyle bağlantılıdır. Alın merkezi veya üçüncü göz, yüksek görüşün merkezidir ve genellikle her birimizin içindeki dişil enerjilerin merkezi olarak kabul edilir. Bu, Toprak Ana ve onun tüm dişil enerjileri ve olasılıklarıyla olan bağını yansıtır.

Erkek kuş genellikle birkaç dişi kuş besler. Dişi kuş, erkeğin dikkatini çekmek için onun önüne uzanmak zorundadır. Dişi kuşlar bazen yumurtaları için ortak bir yuva kullanırlar. Bu da, kendilerini koruma biçimleri gibi, paylaşılan nimetler kavramına işaret eder.

Birçok kişi hindinin uçamayacağına inanır, ancak bu doğru değildir. Hindi hızlı kalkış yapabilir ve kısa mesafelerde saatte 80 kilometreye kadar hızla uçabilir. Ayrıca güçlü bacaklarıyla iyi koşarlar. Geceleri güvenlik için ağaçlara tünerler ve birlikte tünerler; ve her gece tünedikleri yeri değiştirirler. Sayıca çok olmanın gücünü bulurlar ve böylece paylaşmanın enerjisini yansıtırlar.

**AKBABA**

*AÇILIŞ KONUŞMASI: Arınma - Ölüm ve Yeniden Doğuş - Yeni Vizyon*

*ENERJİ DÖNGÜSÜ: Yıl Boyunca - Yaz ve Kış*

Eski zamanlarda güneş dünyaya çok yakındı; o kadar yakındı ki, yeryüzündeki yaşam çekilmez hale gelmişti. Hayvanlar alemi bir araya gelip bu duruma bir çözüm bulmaya karar verdiler. Güneşi daha uzağa taşımak istediler. Tilki ilk gönüllü oldu ve güneşi ağzıyla yakalayıp gökyüzüne doğru koşmaya başladı. Kısa bir süre sonra güneş çok ısındı, tilkinin ağzını yaktı ve tilki durdu. Bugün bile tilkinin ağzının içi siyahtır.

**Türkiye Akbabası**

Bu eşsiz kuş, adını Latince vu/tur kelimesinden almaktadır ve kendi avını öldürmese de, yırtıcı bir kuş olarak kabul edilir. Muhteşem bir kanat açıklığına ve uzun süre zahmetsizce süzülme yeteneğine sahiptir. En yanlış anlaşılan kuşlardan biridir, ancak birçok toplumda en güçlü ve gizemli kuşlardan biri olmuştur.

Sonra opossum gönüllü oldu. Kuyruğunu güneşe doladı ve gökyüzüne doğru koşmaya başladı. Ancak çok geçmeden güneş çok ısındı, kuyruğunu yaktı ve durmak zorunda kaldı. Opossumun kuyruğunda bugüne kadar hiç kıl yok.

İşte o zaman akbaba öne çıktı. Akbaba, kuşların en güzel ve en güçlüsüydü. Başında, diğer tüm kuşların kıskandığı, zengin tüylerden oluşan muhteşem bir pelerin vardı. Birisi güneşi hareket ettirmezse dünyanın yanıp kül olacağını bilen akbaba, başını güneşe dayadı ve gökyüzüne doğru uçmaya başladı. Kanatlarının güçlü vuruşlarıyla güneşi gittikçe daha yukarıya, gökyüzüne doğru itti. Başındaki tüylerin yandığını hissetmesine rağmen, akbaba güneşi dünyadan güvenli bir mesafeye indirinceye kadar uçmaya devam etti. Ne yazık ki, akbaba muhteşem tüyden oluşan başını sonsuza dek kaybetti.

Akbaba muhtemelen en yanlış anlaşılan ve en çok yanlış değerlendirilen kuştur. İnsanlar onları iğrenç bulur ve sadece ölümle ilişkilendirir, ancak tam tersini yansıtan birçok efsane ve öykü mevcuttur. Hakkındaki çeşitli efsanelerin kısa bir incelemesi ve davranışlarına şöyle bir göz atmak bile, gerçekten harika bir yaratığı ortaya çıkaracaktır.

Yunan geleneğinde akbaba, genellikle hayvan özelliklerinin birleşimiyle tasvir edilen efsanevi bir yaratık olan grifonun soyundan geldiğine inanılırdı. Cennet ve yeryüzünün, ruh ve maddenin, iyilik ve kötülüğün, koruyucu ve intikamcının sembolüydü. Doğa ruhlarının intikamcısı olarak

kabul edilirdi. Antik Asurlular için ölüm meleği bir grifon şeklinde gelirdi. Şahin ve onun güneşle ilgili yönleri ile gecenin kediye özgü yönleri arasındaki birliği, yani hiç bitmeyen bir uyanıklığın yansımasını temsil ediyordu.

*olan Periler Diyarı'nın Büyüsü'ne* başvurabilirsiniz .

Mısır'da hakikat tanrıçası Maat, genellikle bir akbaba tüyü taşırken tasvir edilir. Mısır'ın bazı bölgelerinde akbaba aynı zamanda bir anne sembolüydü, muhtemelen cesetleri yiyerek diğer canlıların kendilerini sürdürmesini sağladığı için. Hayvanlar ve kuşlar genellikle, aksi takdirde yaşam ve sağlık için tehlikeli olabilecek şeylerden kurtulacak ilahi gücün bir biçimini temsil ederdi. Hem yaşam hem de ölüm sıklıkla anne sembolleriydi.

Pueblo Kızılderilileri için arınmanın sembolüydü. Şifalı bitkisi bozulmuş uyumu yeniden sağlardı. Tüyleri, şekil değiştirme törenlerinden sonra topraklanma ritüellerinde kullanılır ve benliğe dönüşü kolaylaştırırdı. Hindi akbabası bu tür geçişlere yardımcı olurdu. Kötülüğü kovmak, ölülerle teması kesmek (kanalize etme, şekil değiştirme veya diğer medyumluk biçimlerinde olduğu gibi), nesnelerin büyüsünü bozmak ve hatta öldürülen savaşçıları geri getirmek için kullanılırdı.40

Halk inanışlarına göre, hindi akbabası kıştan sonra geri döndüğünde artık don olmaz. Ayrıca kara akbaba tüyü takmanın romatizmayı önlediğine inanılırdı. Yanlış bir şekilde açgözlülük ve kalpsizlikle de ilişkilendirilmişlerdir.

Akbaba, yırtıcı kuşlar ailesinin bir üyesidir, ancak çoğu yırtıcı kuşun (şahinler, baykuşlar vb.) aksine, zayıf ayakları ve kısa pençeleri onu parçalama ve kavrama için uygunsuz hale getirir. Öldürme işini başkalarına bırakır. Leş yiyici rolleri genellikle iğrenç olarak kabul edilse de, son derece değerli ve gerekli bir işlevi yerine getirir. Aksi takdirde direnci olmayan

diğer hayvanlara yayılabilecek enfeksiyonları ve bakterileri sınırlar. Çevreyi temiz ve dengeli tutmaya hizmet ederler. Hastalıkların yayılmasını önlerler.

Akbabaların birçok çeşidi vardır. Her birinin kendine özgü özellikleri bulunur. Hepsi, görünüşlerinden bağımsız olarak, kendilerine olan nafile güvenleriyle, sağlam ve vakur bir şekilde yürür, durur ve tünerler.

Kondor, en büyük kanat açıklığına sahip kuştur ve dünyanın en büyük uçan kuşudur. And kondorunun kanat açıklığı 3,6 metreye, Kaliforniya kondorunun ise 2,7 metreye ulaşabilir. Meksika-Arjantin kral akbabası genellikle tek başına veya çiftler halinde, yükseklerde ve diğerlerinden uzakta uçar.

Bu ülkedeki çoğu insan iki türü bilir: kara akbaba ve daha yaygın olan hindi akbabası. Genellikle şahin olarak adlandırılan bu kuşlar aslında akbabalardır. Kara akbaba, renginden dolayı bu ismi almıştır. Bilimsel adı olan *Coragyps atratus* , "siyaha bürünmüş akbaba" anlamına gelir. Genellikle her kanadının ucunda beyaz bir nokta bulunan tamamen siyahtır. Kara akbabanın kuyruğu daha kısadır ve hindi akbabası kadar iyi süzülemez. Daha çok tüneklerde zaman geçirir. Genellikle oyuk kütüklerde yuva yapar.

Hindi akbabasının uzun bir kuyruğu ve iki renkli kanatları vardır. Uçarken zarif bir görünüme sahiptir. Bilimsel adı olan *Cathartes aura* , "altın arındırıcı" anlamına gelir. Geceleri toplu tüneme yerlerinde toplanırlar ve şafakta, erken sabah güneşinde, kanatlarını açarak çiğleri kuruturlar ve yükselen güneşi onurlandırır gibi görünürler.

Ayakta dururken sıradan görünseler de, uçarken bu yırtıcı kuşlar muhteşem örneklerdir. Heyecan verici bir zarafet ve kolaylıkla süzülürler. Bu totem sembolüne sahip olanlar için, görünüşünüzden çok yaptıklarınızla daha çok fark edileceğiniz bir dönemin yaklaştığını ifade eder.

Akbabalar, yerden yükselen ve onlara yükselme imkanı sağlayan termal akımları görme ve kullanma konusunda harika bir yeteneğe sahiptir. Termal akımları kullanma yetenekleri genellikle vücuttan yayılan ince enerjileri görme yeteneği olan aurik görüşe benzetilir. Hepimiz hayatımızda termal akımları deneyimlemişizdir. Sıcak bir yaz gününde yolda giderken yüzeyden yükselen ısıyı gördüğümüzde, bu bir termal akımdır. Yerdeki insan gözlemcisi için bu akımlar sadece betonun birkaç metre yukarısında görülebilir. Akbaba ise bu akımları gökyüzüne yükselirken görebilir. Yerdeyken akbabalar termal akımları göremez veya hissedemez, ancak havada akımların her yönüne duyarlıdırlar. Eğer hayatınıza bir akbaba girmişse, muhtemelen yakında insanların ve nesnelerin etrafında aura ve renkler görmeye başlayacaksınız. Eğer girmemişse, akbaba size bunu öğretmeye yardımcı olabilir.

Akbaba sabırlı bir avcıdır. Kanatlarını çırpmadan saatlerce havada süzülebilir. Güçsüz uçuşun muazzam sembolleridir.

Termal hava akımlarını ve rüzgarla yükselen hava akımlarını kullanırlar. Yerçekiminin etkisine karşı koymak ve uçmak için hava akımlarını kullanırlar. Özünde, yerçekimine karşı koymak için fazla enerji harcamalarına gerek yoktur. Bu durum, kanatlarının nadiren hareket etmesinden de anlaşılmaktadır; bu da uçuş için gereken gücün kanatlarından gelmediğini yansıtır. Sadece mevcut olanı kullanırlar.

Akbabanın sahip olduğuna inanılan mistik sırlardan biri de havada süzülme yeteneğidir. Havada süzülme, maneviyatın yasasıdır. Yerçekimi ise maddi ve dünyevi (fiziksel) olana doğru bir itici güçtür. Akbaba maddiyatı reddeder. Süzülme, yükselme ve uçma yeteneği, bir tür maneviyat sırrı olarak görülmüştür.

Sıradanlığın dışına doğru hareketin sembolüdür. Fiziksel bağların çözülmesinin sembolüdür. Enerjiyi, yerçekiminin -ister dünyanın gerçek

yerçekimi olsun ister dünyevi durumların ve deneyimlerin yerçekimi- insanı aşağı çekip tutmaması için dağıtmanın sembolüdür.

Kanatlarını yatay seviyenin çok üstüne kadar katlayabilmeleri, yırtıcı kuşlar ve çoğu kuş türü arasında eşsiz bir özelliktir. Bu, süzülmelerine yardımcı olur. Dev kanatlarını çırptıklarında, güçlü bir itme kuvveti sağlarlar ve bu nedenle sık sık kullanılmaları gerekmez.

Akbabanın öğrettiği şeylerden biri de enerjiyi güçlü ve verimli bir şekilde kullanabilme yeteneğidir.

Akbabalar keskin görüşleriyle de bilinirler. Bazı bilim insanları, özellikle bir leş bulunduğunda, bir kuştan diğerine ince görsel mesajlar ilettiklerine inanıyor. Kilometrelerce uzaktan leşleri tespit edebiliyorlar. Gözleri insan gözlerinden sekiz kat daha keskin görüyor.

En güçlü duyularından biri koku alma duyusudur. Hindi akbabasının koku alma duyusu oldukça gelişmiştir. Gerekirse sadece koklayarak yiyecek bulabilirler. Kara akbabanın koku alma duyusu ise o kadar gelişmiş değildir. Koku alma duyusu, metafizik geleneklerde uzun zamandır daha yüksek düzeyde ayrımcılıkla ilişkilendirilmiştir. Hindi akbabası, hayatınızın her alanında etkili bir şekilde kullanabileceğiniz kendi koku alma duygunuzu geliştirmenize yardımcı olabilir. Hayatınızda bir şeyin doğru kokup kokmadığına karar vermenize yardımcı olacaktır. Koku alma duyusu aynı zamanda aromaterapi ile de ilişkilidir ve hindi akbabasını totem olarak benimseyenler için bu, kendinizde geliştirebileceğiniz veya kullanabileceğiniz en etkili bütünsel sağlık tekniği olabilir.

Hindi akbabasının eşsiz bir sindirim sistemi vardır. Yediği yiyecek türlerini incelediğimizde bu hiç de şaşırtıcı değil. Botulizme karşı direnci insanlardan binlerce kat daha yüksektir. Sindirim sistemi, yedikleri yiyeceklerde bulunan virüslü bakterileri öldüren kimyasallar içerir.

Akbaba totemine sahip kişilerin sindirim sistemlerinde değişiklikler meydana gelmesi alışılmadık bir durum değildir. Eskiden keyifle tüketilen ve yan etkisi olmayan yiyecekler artık onlarla uyumlu olmayabilir. Öte yandan, her zaman uyumsuz olarak düşünülen yiyecekler uyumlu hale gelebilir.

Yediğiniz yiyeceklerin enerji sisteminiz üzerinde daha belirgin bir etkisi olacaktır. Çeşitli yiyecekleri yedikten sonra fiziksel, duygusal, zihinsel ve ruhsal olarak nasıl hissettiğinize dikkat edin. Hangi yiyeceklerden kaçınmanız ve hangilerini artırmanız gerektiğini kısa sürede keşfedeceksiniz.

Bir akbaba totem olarak hayatınıza girdiğinde, boşaltım süreçlerinizde de değişiklikler olabilir. Akbaba, kendi bacaklarına ve ayaklarına dışkılayan birkaç hayvandan biridir. Dışkısını kendi üzerine püskürtür. Bu, kısmen akbaba leşle beslenirken ayaklarında ve bacaklarında birikmiş olabilecek bakterileri temizlemek içindir. Sindirim sistemindeki aynı antibakteriyel kimyasal, dışkıda da bulunur ve bacaklar ve ayaklar için bakterisit görevi görür.

Bu, akbaba totemine sahip olanların idrar kaçırma sorunu yaşayacağı anlamına gelmez. Akbaba totemine sahip olanlar, kendi boşaltım sistemlerinin düzgün ve düzenli çalıştığından emin olmalıdır. Enerjiniz düşükse veya soğuk algınlığı gibi bir hastalığa yakalandığınızı hissediyorsanız, bağırsak hareketlerinizi kontrol edin. Uyarılmaları gerekebilir.

Akbabanın bunu yapmasının bir diğer nedeni de bacaklarını ve ayaklarını serinletmektir. Bu, özellikle sıcak havayla başa çıkmakta zorlanan akbaba totemine sahip kişiler için de sağlıklı ve faydalıdır. Ayakları soğuk suya batırın, harika ve hızlı sonuçlar göreceksiniz.

Akbaba aslında kendini oldukça temiz tutar ve vahşi doğada sık sık yıkanır. Tüysüz başı, başını bağırsaklara ve leşlere daldırırken nispeten temiz kalmasını sağlar. Tüyleri olsaydı, bakteriler onlarda birikirdi, bu nedenle tüy eksikliği enfeksiyonu önler. Güneş ışınları da baş için dezenfektan görevi görür. Her sabah kanatlarını açarak güneşe döner, tüylerini ısıtır ve hala kalmış olabilecek bakterilerden arınır. Bu şekilde kanatlar aslında mini güneş enerjisi toplayıcıları görevi görür. Akbabanın gerçek bir sesi yoktur. Ağzından hava üfler ve tıslar. Bazıları için bu, konuşmaktan ziyade hareket etmenin dersini yansıtır. Bazıları için ise akbaba tıbbının performans hakkında konuşmaktan ziyade performans sergilemekle ilgili olduğunu gösterir.

Akbabalar genellikle yumurtalarını çıplak toprağa bırakırlar. Yavrular müdahaleye karşı son derece hassastır. Tek bir yavrunun yetiştirilmesi ve büyütülmesi uzun bir kuluçka dönemi gerektirir ve bu nedenle ebeveyn yiyecek aramak için uzaklara gitmez. Yavrular üç aylık olana kadar yuvadan ayrılmaz veya uçmazlar. Bu nedenle, bir bireyin akbaba ile sembolize edilen ölüm aşamasını geçip yeniden doğuşa gerçekten başlamasının üç aya kadar sürebileceğine inanılır.

Simya biliminde akbaba, özellikle kartala olan benzerliği nedeniyle yücelmenin sembolüydü. Akbaba, yaşamın değişken yönleri ile sabit olanlar, psişik enerjiler ve kozmik güçler arasındaki yeni bir ilişkinin teyidi olarak kabul ediliyordu.

Bu, anlık acıların geçici ve daha büyük bir amaç için gerekli olduğuna dair bir vaatti; o an anlaşılmasa bile. Hayat koşulları ne kadar zor olursa olsun, kurtuluşun, Herkül'ün Prometheus'u kurtarması kadar yakın olduğunu yansıtır.

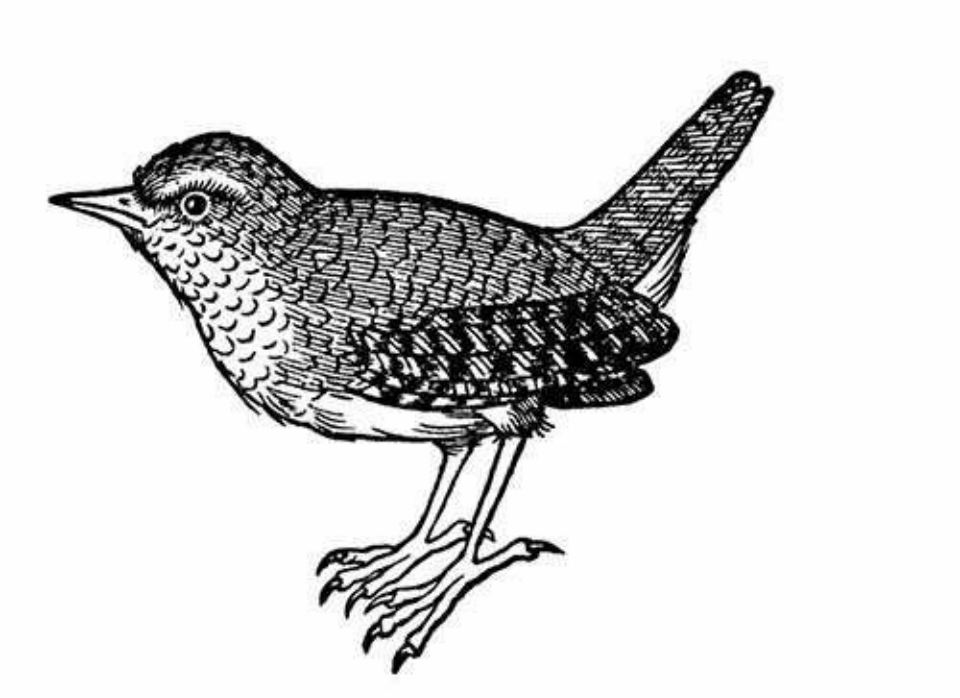
**İKSİRDEK KANATLI**

*AÇILIŞ KONUŞMASI: Nezaket ve Saygı*

GÜÇ DÖNGÜSÜ: *İlkbahar-Yaz*

İpekkuşu, yazın güzel ve nazik bir kuşudur. Kardinal ailesinin bir üyesidir ve bu nedenle kardinal de incelenmelidir. Genellikle açık çikolata rengindedir, pembe veya mor izleri ve parlak sarı bir bandı vardır. Siyah bir çenesi ve genellikle gözlerinin üzerinden geçen siyah bir çizgi vardır, bu da ona maske görünümü verir. Kanatlarının ucunda, mühür mumu gibi görünen kırmızı bir leke bulunur.

Renklerin incelenmesi, bu kuşla sıklıkla ilişkilendirilen enerjiler hakkında bazı bilgiler sağlayacaktır. Maske benzeri görünümü, onu maske yapımı sanatı ve ritüel kıyafetleriyle ilişkilendirir. Maske yapımı, tören, kutlama ve büyülü uygulamalar için dünyanın her yerinde kullanılan eski bir sanattır. Balmumu kuşu, özellikle bir araya getirildiğinde, maskeleri eğlence ve şifa için nasıl kullanacağını bilir.



Renk iyileştirme ile.

Maskeler dönüşüm araçlarıdır, ancak çoğu insan değişimden ve geçişten korkar. Bunu travmatik bir süreç olarak görürler. Balmumu kuşu, değişimin ve dönüşümün istediğiniz kadar nazik ve kolay bir şekilde nasıl gerçekleşebileceğini gösterir. Balmumu kuşu, zihinde bir kapı, yeni boyutlara geçebileceğiniz bir eşik oluşturmak için maskelerin, başlıkların ve boyanın nasıl kullanılacağını gösterir.

Akrabası kardinal kuşu gibi, ipekböceği kuşu da başında bir tepeye sahiptir. Bu, uyandırabileceği doğuştan gelen bir bilgeliği yansıtır. Ayrıca törensel başlıklarla ve bunların bilinç değişiminde kullanımıyla da bağlantılıdır.

İpekkuşu aslında çok nazik ve kibar bir kuştur. İpekkuşlarının birbirlerine yiyecek vermeleriyle sık sık bilinirler. Eğer hayatınıza bir ipekkuşu girdiyse, hayatınızda deneyimlediğiniz veya eksik olan nezakete bir bakın. Başkaları size hak ettiğiniz nezaketi gösteriyor mu? Siz onlara hak ettikleri nezaketi gösteriyor musunuz? Kendinize ve başkalarına yeni bir bakış açısıyla bakmaya başlamanız gerekiyor mu? Belki de kendinize yeterince nazik davranmıyorsunuz? İpekkuşu size nezaketi hayatınızda gerçek bir erdem olarak nasıl uyandıracağınızı gösterecektir.

**AĞAÇKAKAN**

AÇILIŞ KONUŞMASI: Ritim ve Ayrımcılığın Gücü

GÜÇ DÖNGÜSÜ: *Yaz*

Ağaçkakan, tarihi efsaneler ve söylencelerle dolu kuşlardan biridir; bunların çoğu, en belirgin özelliği olan vurma sesiyle bağlantılıdır. Daha önce bahsedilen ağaçkakanın bir akrabasıdır ve birçok ortak özellik ve niteliğe sahiptirler.

Avrupa halk geleneğinde, ağaçkakan genellikle hava durumu habercisi olarak kabul edilirdi ve çıkardığı sesler yaklaşan değişikliklerin habercisi olurdu.

Hatta bazıları tarafından gök gürültüsü kuşu olduğuna inanılıyordu. Babil'de İştar'ın baltası olarak kabul ediliyor ve doğurganlıkla ilişkilendiriliyordu. Yunan geleneğinde, gök gürültüsü tanrısı Zeus'un tahtını işgal ediyordu ve bu tanrıya kutsal kabul ediliyordu. Ayrıca Mars'ın kehanet merkezi olarak da kabul ediliyordu, çünkü davul sesleri genellikle savaşlara eşlik etmek için kullanılıyordu. Romalıların da ağaçkakanla ilgili bir efsanesi vardı. Güçlü büyücü Circe, orman tanrısı Picus'a aşık olmuştu. Picus aşkını reddedince, Circe onu bir ağaçkakan haline getirmişti.

Yerli Amerikan geleneğinde bu kuş, Dünya'nın kalp atışıyla bağlantılıdır. Bu davul sesi, yeni yaşam ritimlerinden şekil değiştirme uygulamalarına kadar birçok mistik bağlantıya sahiptir. Birçok şaman, davul sesleriyle diğer boyutlara geçmeyi öğrenir.

Elbette, her birinin kendine özgü özellikleri olan farklı ağaçkakan türleri vardır. Çoğu siyah beyazdır, bazılarının ise başlarında kırmızı renk bulunur. Siyah beyaz renk, yaşamın sorunlarını ve yönlerini net bir şekilde görme ihtiyacını yansıtır. Yakından bakarsak, şeylerin oldukça açık olduğunu gösterir.

Tüylü ağaçkakan en küçüğüdür. Aynı zamanda ağaçkakan ailesinin en yaygın ve en dost canlısı üyesidir. Çoğunlukla ormanlarda bulunan tepeli ağaçkakan ise uzman bir odun kesicidir. Genellikle bir karga kadar büyük olan bu ağaçkakan, ağaçkakanların en büyüğüdür. Göze çarpan kırmızı bir tepesi vardır. Kırmızı başlı ağaçkakan da çok yaygındır. Çoğu ağaçkakanın, özellikle erkeklerin, başlarında biraz kırmızı renk bulunurken, kırmızı başlı ağaçkakanın başını ve boynunu kaplayan kırmızı bir tüy örtüsü vardır.

Ağaçkakanların baş bölgesinde bulunan kırmızı renk, zihinsel aktivitelerin ve baş çakra merkezlerinin uyarılmasını yansıtır. Yeni zihinsel yeteneklerin uyarılmasını ve uyanışını gösterir. Bu durum, bu kuşun alametifarikası olan gagalamayla daha da sembolize edilir. Ağaçkakanlar, kurtçuklara ve diğer böceklere ulaşmak için ağaçlarda ve tahtada delikler açarlar. Özellikle başlarıyla yaptıkları bu kazma, artan analizi yansıtır. Gagaları güçlü ve sivri uçludur ve kafatasları daha ağırdır, bu da gagalamayı kolaylaştırır. Keskin gagaları ve uzun dikenli dilleri, ayrımcılık sanatına benzetilebilir.

Eğer bir ağaçkakan sizin için bir şarkı çalmışsa, kendinize bazı özel sorular sormanız gerekir. Hayatınızın yönlerine rasyonel bir şekilde bakıyor musunuz? Çevrenizdekiler faaliyetlerinde ayrım yapmıyor mu? Siz yapıyor musunuz? Siz veya hayatınızdaki diğer kişiler, çok az veya hiç analiz yapmadan durumlara mı atlıyorsunuz?

Bazen ağaçkakan sadece yeni ritimleri harekete geçirmek için ortaya çıkar. Ritim, fiziksel enerjileri etkilemenin güçlü bir yoludur. Bazen günlük zihinsel ve ruhsal faaliyetlerimize o kadar dalarız ki fiziksel olanı ihmal ederiz. İşte ağaçkakanın ortaya çıktığı anlar bunlar olabilir. Ayrıca hayatınıza yeni değişiklikler ve ritimler katma ihtiyacını da yansıtabilir.

Ağaçkakanın ağaca sağlam tutunmasını sağlayan güçlü, kanca şeklinde pençeleri vardır. Kuyruk tüyleri dik durmasına yardımcı olur. Ayrıca kendine özgü bir yukarı-aşağı uçuş şekli vardır. Uçar, süzülerek iner, tekrar uçar ve sonra tekrar süzülerek iner. Kendine özgü bir şekilde ve ritimle uçar. Bütün bunlar, kendi benzersiz ritimlerinizi ve uçuş tarzınızı takip etmenin sizin için giderek daha önemli hale geleceğini vurgulamak içindir. Size en uygun şekilde, sizin için en iyi olanı yapın. Ağaçkakan hayatınıza girdiğinde, temelin atıldığını gösterir. Artık kendi ritimlerinizi takip etmek güvenlidir.

**ÇALIKUŞU**

*AÇILIŞ KONUŞMASI: Yaratıcılık ve Cesaret*

GÜÇ DÖNGÜSÜ: *İlkbahar*

Çalıkuşu türlerinin sayısı on ikiden fazladır. Küçük, tıknaz bir kuştur ve çoğu zaman kızılgerdan kadar sevilmiştir. Genellikle kahverengi renktedir ve kuyruk tüylerini sık sık havaya kaldırır. Nadiren açık alanlarda görünür.

Tüyleri boğulmaya karşı koruyucu bir tılsım olarak kabul edilirdi ve genellikle birini öldürmenin uğursuzluk getirdiğine inanılırdı.

Pagan geleneklerinde, çalıkuşu toprak tanrıları ve tanrıçaları için kutsal kabul edilirdi. Bir kuş olduğu düşünülmüştür.

Güneşten ateşi çalıp yeryüzüne getiren ve ona kısa, dik kuyruk tüylerini veren varlık. Ortaçağ Avrupa'sında, özellikle alt sınıflar arasında, Meryem Ana'nın evcil kuşu olarak kabul edilirdi. Bunun nedeni muhtemelen, yönetici sınıfların hikaye ve efsanelerde çoğunlukla kartal, şahin, ayı gibi büyük yırtıcı kuşlar ve hayvanlar olarak tasvir edilmesidir.

Çalıkuşu son derece becerikli ve uyum sağlayabilen bir kuştur. Yuvasını uygun gördüğü herhangi bir yere kurar. Genellikle yuvalarını yere yakın veya özellikle bataklık alanlarda yerin üzerine kurarlar. Erkek çalıkuşları yuva yapımının çoğunu üstlenir ve birkaç yuva inşa ederler.

"Sahte" yuvaların yanı sıra gerçek bir yuva da yapılır. Bunun bir nedeni korunma amaçlıdır, ancak bazıları bunun dişiyi cezbetmek için de yapıldığına inanmaktadır. Dişi ancak sahte yuvalar yapıldıktan sonra yerleşir ve yavrularını dünyaya getirir. Erkek, dişiden ve yavrularından ayrı uyur.

Çalıkuşu cesur ve becerikli bir kuştur. Bir Kızılderili öyküsünde, çalıkuşunun kibirli kartalı kandırarak onu gökyüzüne kadar taşıdığı, kartalın

daha yükseğe çıkamayacak hale geldiği bir zamandan bahsedilir. O noktada çalıkuşu kartalın sırtından atlayıp bulutların ötesine uçmuş ve kartaldan çok daha yükseğe uçtuğuna gülmüştür.

Çalıkuşu, kendisinden çok daha büyük bir kuşun ses gücüne sahiptir. Gün doğuşundan gün batımına kadar, sanki özgüvenle dolup taşmış gibi şarkı söyler. Ayrıca biraz da hırçındır ve herhangi bir tehditkar kuş veya hayvanla yüzleşmekten çekinmez.

Eğer hayatınıza çalıkuşları girdiyse, kendinize bazı önemli sorular sormanızın zamanı geldi demektir. Elinizdeki kaynakları kullanıyor musunuz?

Başkaları da öyle mi? Yeterince özgüven sergilemiyor musunuz? Günlük endişelerle o kadar meşgul müsünüz ki şarkı söylemeyi unutuyorsunuz? Ayaklarınız yere basmıyor mu? Ağaçlardan ormanı göremiyor musunuz? Hayatınıza yeterince coşkuyla yaklaşmıyor musunuz? Wren, eldekileri kullanmanın şifasını barındırıyor ve kendi çevrenizde en etkili şekilde nasıl gelişebileceğinizi size öğretebilir.

[İçindekiler]

20. Tyler, Hamilton A. Pueblo Kuşları ve Mitleri (Flagstaff: Northland Publishing, 1979), s. 141.

21. Bu konuda daha fazla bilgi için önceki kitabım olan *Kutsal Sesler - Müzik ve Ses Yoluyla Dönüşümler (Llewellyn Yayınları)* adlı esere başvurabilirsiniz .

22. Hoeller, Stephan A. *Gnostik Jung* (Wheaton: Teosofik Yayınevi, 1982), s. 85.

23. Cooper, JC *Sembolizm - Evrensel Dil* (Wellingborough: The Aquarian Press, 1982), s. 67.

24. Hall, Manly P'nin Tüm Çağların Gizli Öğretileri adlı eserinden (Los Angeles: The Philosophical Research Society, Inc., 1977), LXXIX-XC.

25. Wexo, John Bonnett. Kartallar - Hayvanat Bahçesi Kitapları (San Diego: Wildlife Education, Ltd., 1988), s. 12.

26. Güneş Ayısı ve Wabun. *Tıp Çarkı* (Englewood Cliffs: Prentice-Hall, Inc., 1980), s. 71-78.

27. Clement, Roland C. Audubon'un Yaşayan Dünyası (New York: Grosset & Dunlap, Yayıncılar, 1974), s. 254.

28. Biel, Timothy. Zoobooks 2: Sinekkuşları (San Diego: Wildlife Education, Ltd., 1987), s. 6.

29. Tyler, Hamilton A. Pueblo Kuşları ve Mitleri (Flagstaff: Northland Publishing, 1991), s. 98-104.

30. Mackenzie, John PS Yırtıcı Kuşlar (Toronto: Key Porter Books, 1986), s. 13.

31. Limburg, Peter. Kuşların İsimlerinde Ne Var (New York: Coward, McCann and Geoghegan, Inc., 1975), s. 4.

32. Stein, Jess. The Random House Dictionary of the English Language (New York: Random House, 1970), s. 1415.

33. Sams, Jamie ve Carson, David. İlaç Kartları (Santa Fe: Bear & Company, 1988), s. 121.

34. de la Torre, Julio. Baykuşlar—Yaşamları ve Davranışları (New York: Crown Publishers, 1990), s. 8.

35. de la Torre, Julio. Baykuşlar—Yaşamları ve Davranışları (New York: Crown Publishers, 1990), s. 26

36. Aynı eser, s. 178.

37. Clement, Roland. Audubon'un Yaşayan Dünyası (New York: Grosset & Dunlap, Yayıncılar, 1974), s. 224.

38. Kırbaç kuyruklu gece kuşu, kış uykusuna yattığı bilinen tek kuştur. Sonbaharda kanyonlardaki çatlaklara ve deliklere girer ve kelimenin tam anlamıyla kendini kapatır. Ayrıca baykuşun yakın bir akrabasıdır. Kırbaç kuyruklu gece kuşunun çatınıza konması durumunda birinin öleceğine inanılırdı. Birçok Avrupalı, kırbaç kuyruklu gece kuşunun bedenden ayrılırken ruhu kapmaya çalışacağına inanıyordu.

39. Swisher kuşu, gece kuşları olarak adlandırılan bir kuş ailesinin üyesidir. Bu isim, seslerinin geceyi "sarsması" nedeniyle verilmiştir. Geceleyin garip sesler çıkaran kuşların genellikle doğaüstü güçlere sahip oldukları veya doğaüstü alemlerle bağlantılı oldukları düşünülürdü.

40. Tyler, Hamilton A. Pueblo Kuşları ve Mitleri (Flagstaff: Northland Publishing, 1991), s. 225-229.

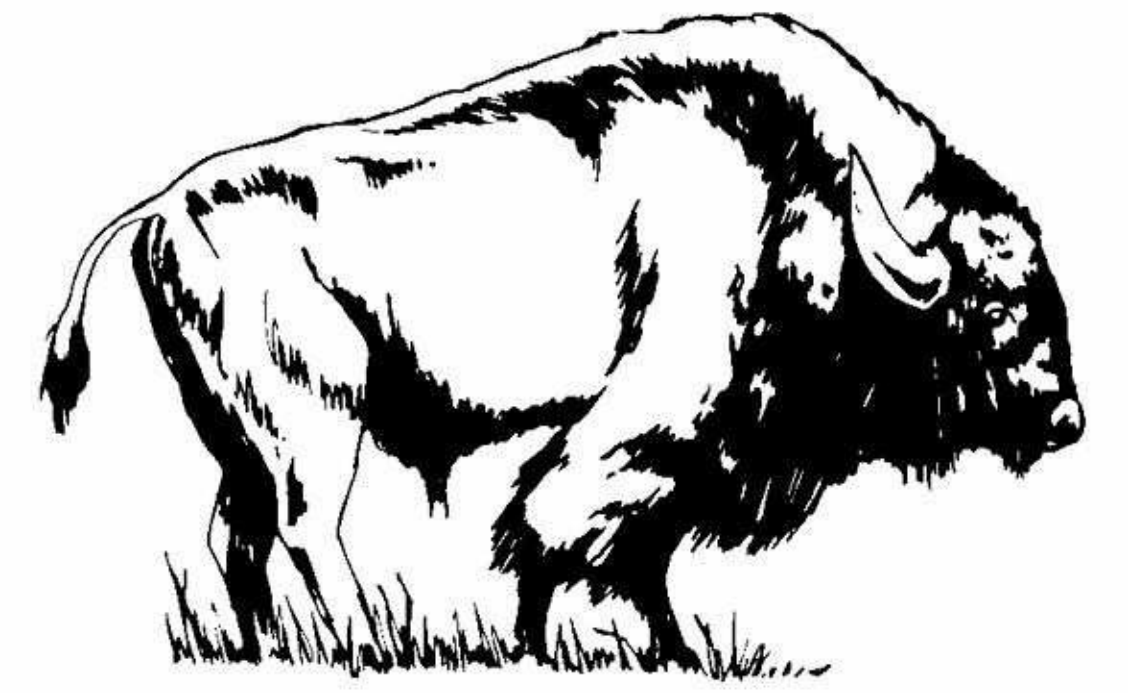
ÜÇÜNCÜ BÖLÜM

HAYVAN TIBBINI ANLAMAK

*Her şeyin başlangıcında, bilgelik ve bilgi hayvanlardaydı; çünkü Yüce Olan Tuawa konuşmuyordu. Doğrudan insana. Hayvanlar aracılığıyla kendini gösterdiğini ve onlardan ve Yıldızlar, güneş ve ay; insan onlardan öğrenmelidir... çünkü her şey Tuawa'dan bahseder.*

*-Pawnee Kabilesi Şefi Letakos-Lesa'dan Natalie Curtis'e, 1904 dolayları 41*

*41. Curtis, Natalie. Kızılderililerin Kitabı: Amerikan Kızılderililerinin, Şarkılarının ve Efsanelerinin Kaydını Oluşturmak İçin Kızılderili Gelenekleri, Müzikal ve Anlatısal Bir Sunumu Irk (New York, Harper Brothers, 1907), s. 96.*



ON BİRİNCİ BÖLÜM

HAYVAN TOTEMLERİNE SAYGI GÖSTERMEK

İlginçtir ki, Kızılderililer de dahil olmak üzere birçok toplumda hayvanları sınıflandırmak için bir kelime yoktu. Onlar da tıpkı insanlar gibi birer canlı olarak kabul ediliyordu. Lakota halkı için onlar kardeşler, babalar ve annelerdi. Geniş aileydiler. "Hayvan" kelimesi 1600'lerden önce neredeyse hiç kullanılmıyordu ve o zaman da çoğunlukla akademisyenler tarafından kullanılıyordu. Hayvanlara basitçe "canavar" veya "yabani yaratık" deniyordu.

“yaratıklar” veya benzeri bir tanımlama .42

“Hayvan” kelimesi, ruh veya yaşam nefesi anlamına gelen Latince “anima” kelimesinden türemiştir. “Vahşi hayvan”daki “vahşi” kelimesi ise, insan kontrolü altında değil, doğanın içinde özgürce yaşamayı ifade eden Anglo-Saksonca “wilde” kelimesinden gelir. Bunun içinde, doğanın hayvansal ifadesinde ilahi nefesin varlığı fikri de gizlidir.

Eski kutsal metinlerde ve yazılarda, hayvanlar genellikle ilahi güçlerle, özellikle de tanrı ve tanrıçalarla ilişkilendirilirdi. Her Doğu Hindistan tanrı ve tanrıçasının bir hayvan binek hayvanı vardır. İlahi varlık kelimenin tam anlamıyla hayvanın üzerinde taşınır. Örneğin, fil başlı Ganesha büyük bir sıçanın üzerinde oturur veya Shiva, Nandi adlı bul'a biner. Hayvan aynı zamanda tanrı veya tanrıçanın habercisidir ve hayvan, tanrı ve tanrıçanın doğasını ve doğayla olan ilişkisini ifade eder. İnsanlar, ilahi varlığın hayvanın içinde bulunduğunu fark etmişlerdir; bu nedenle her bul, Shiva'yı temsil eder ve Shiva için kutsaldır.

Hindu tapınakları genellikle eş merkezli daireler şeklinde inşa edilirdi ve hayvanlar dairelerin farklı seviyelerinde farklı biçimlerde görünürdü. Tapınağın kalbinde (kutsal yerin en kutsalı), diğer tüm fiziksel biçimleri aşan tek bir ilahi imge bulunur. 43

Ortaçağ dönemine ait birçok hayvan ansiklopedisi, hayvanlara belirli kozmik nitelikler ve sabit olduğuna inanılan olaylar atfetmeye çalışmıştır. Bunlardan ikisi İskenderiye'nin *Physiologus'u ve De'dir . Animalibus,* Albertus Magnus'a atfedilmiştir. Hayvanlar, insanların üstesinden gelmesi gereken aşağılık yönlerin sembolü olarak kullanılmıştır. Hayvanlar genellikle dört elemente göre sınıflandırılmıştır: sucul ve amfibi canlılar = su elementi, sürüngenler = toprak elementi, kuşlar = hava elementi ve memeliler (sıcakkanlı canlılar) = ateş elementi.

Eski hayvan kitaplarında ve kutsal metinlerde bile, hayvanların sembolizmi, yazarların ve öğretmenlerin onlara atfetmeye çalıştığı sabitlere rağmen, bağlama göre sıklıkla değişiyordu. Hayvanın algılanması ve anlamı, doğal, insani, ilahi veya hatta fantastik düşünce çizgileri boyunca yorumlanabilirdi. Ve genellikle bu, şunları içeriyordu:

Kendi hayvan dilinizi geliştirirken sürekli aklınızda tutmanız gereken şey budur. Basit bir yorumlama yoktur. Her hayvan size bireysel olarak, özel olarak ve mecazi olarak hitap edecektir. Hayvan hakkında sağlam bir bilgi birikimiyle başlayın ve ardından daha mistik ve mecazi çağrışımlara geçin. Hiçbiri diğerinden daha faydalı değildir, ancak ilki bir temel oluşturacak, ikincisi ise hayvanla ve tüm doğal dünyayla olan ilişkinize renk katacaktır. Her hayvanın kendi özelliklerine ve davranışlarına göre incelenmesi ve özellikle kendi bireysel yaşamınızla ilişkilendirilmesi gerektiğini unutmayın. Kurabileceğiniz her türlü bağlantıda bir miktar gerçeklik payı olacaktır.

Onlara saygı duymaya ve onlarla çalışmaya başladıkça, görev kolaylaşacak ve yorumlarınız ve bağlantılarınız giderek daha doğru hale gelecektir. Bu, hayvanlarla barış içinde olmanızı sağlayacak ve ilahi ve doğal dünyaların karışımını görmenize yardımcı olacaktır. Ve hayata olan hayranlığınız da orantılı olarak artacaktır. Bu kitaptaki egzersizler aracılığıyla keşfettiğiniz hayvan totemleri, ruhsal aleme mükemmel bir köprü görevi görür. Hayvanlar, daha anlaşılması zor ve ruhani alemlerle çalışırken size daha büyük bir güç ve kuvvet verecek ve aynı zamanda sizi yere sağlam basmanıza yardımcı olacaktır.

Totemlerinizi keşfettikçe, onların sık sık rüyalarınızda ve meditasyonlarınızda size göründüğünü fark edeceksiniz. Hayvanla birçok şekilde karşılaşacaksınız ve bunlar sizin için birer teyit niteliğinde olacak. Hayvanınızın tasvir edildiği resimler, kartpostallar ve çeşitli eşyalarla karşılaşacaksınız.

Yaşam alanlarını ve davranışlarını inceleyen televizyon programlarını daha sık keşfetmeye başlayabilirsiniz. Kitaplar, mitler ve diğer tasvirler karşınıza çıkacaktır. Bunların hepsine kendinizi kaptırmak zorunda değilsiniz, ancak bunları fark ederek ve bunlardan faydalanarak, o hayvan toteminin hayatınızda işlediği ruha ve enerjiye saygı göstermiş olursunuz.

Toteminizle ve doğayla olan ilişkinizi daha sağlam bir şekilde kurmak için yapabileceğiniz beş çok özel şey var. Bunlar, bu ilişkiye saygı duymanıza yardımcı olacaktır:

1. Ruh toteminiz hakkında mümkün olduğunca çok şey öğrenin. Hakkında okuyun. Temel özelliklerini, alışkanlıklarını ve davranışlarını öğrenin. Hayvanla ilgili mitleri ve hikayeleri araştırın. Bunların hepsi, enerjilerinin nasıl tezahür edeceğini tanımlamanıza ve anlamanıza yardımcı olacaktır.

Kendi hayatınız içinde.

İnsanların kendilerini korkutan hayvan totemleri keşfetmeleri alışılmadık bir durum değildir. Bu hayvanlarla ilgili korkular olabilir veya hayvan iğrenç ve çekicilikten yoksun olarak düşünülebilir. Bu durumda, herhangi bir kütüphanenin çocuk bölümüne gidip hayvan hakkında bir çocuk kitabı ödünç almanızı öneririm. Çoğu çocuk kitabı, hayvanları ilginç ve merak uyandırıcı bir şekilde sunmaya çalışır; özellikle de çocukların (ve yetişkinlerin) daha çok çekindiği hayvanları. Hayvan hakkında bir çocuk kitabı, hayvanla daha rahat hissetmenize yardımcı olurken, genellikle en büyüleyici özelliklerini de size sunar. Çocuk kitapları genellikle daha az tehdit edicidir.

2. Hayvan toteminizin resimlerini ve sanat eserlerini bulun. Çeşitli tasvirlerinden oluşan bir kolaj yapın ve kendi resminizi çevreleyin. Resimleri gün boyunca görebileceğiniz bir yere asın. Bu, ruh hayvanınızla kurduğunuz ilişkiyi sürekli hatırlatacaktır.

3. Hayvanın resimlerini çizin ve eskizlerini yapın. Sanatsal yeteneklerinizin kalitesi konusunda endişelenmeyin. Çizimlerinizi başkalarınınkilerle karşılaştırmayın. Başkalarının eskizlerinizi görmesine bile gerek yok. Kurduğunuz ilişkinin size özel olduğunu unutmayın. Hayvanla pratik yaptıkça, tasvirlerinizin şaşırtıcı derecede doğru olduğunu göreceksiniz.

Telefonla konuşurken karalama yapmayı seviyorsanız, hayvanınızın eskizlerini çizin. Bu, aranızda bir bağ kurmanıza yardımcı olur ve kimse karalamaları eleştirmez. Tüm sanatsal uğraşlar, beynin sağ yarım küresini uyarır ve bu da ruhsal alemin tamamına dair sezgisel algılarımıza yardımcı olur.

4. Toteminizin figürlerini satın alın. Büyük veya pahalı olmaları gerekmez. Kitapçılarda satılan birçok kitap ayracında hayvan tasvirleri bulunur. Bunlardan kendiniz ve başkaları için satın alın.

Hayvanınızın küçük hatıra eşyaları ve resimleri (kitap ayracı gibi) arkadaşlarınız ve aileniz için harika hediyelerdir. Bu hediyeleri verirken, hayvanın ruhunun evrenselliğini ve herkese yardım etme yeteneğini onurlandırıyorsunuz. Bunu neden yaptığınızı herkese anlatmanıza veya gizemli önemini açıklamanıza gerek yok. Sadece en sevdiğiniz hayvan olduğunu ve güzel bir hediye olacağını düşündüğünüzü söylemeniz yeterli.

5. Totem hayvanınızla ilişkili yaban hayatı fonlarına veya belirli kuruluşlara isimsiz bağışlar yapın. Anonimlik, saygı göstermenin tanınma amacıyla değil, gerçekten saygı gösterme amacıyla yapıldığından emin olmanıza yardımcı olur.

Parklarda ve doğa merkezlerinde gönüllü olarak zamanınızı ve enerjinizi harcayın. Çoğu yer her zaman güvenilir yardıma ihtiyaç duyar. Hayvanlarla doğrudan çalışmayabilirsiniz, ancak çabalarınız o doğal ortamın refahını

artırmaya yardımcı olur. Yaptığınız işler göz alıcı olmayabilir, ancak her yönünün önemi vardır.

Ohio, Troy'daki Brukner Doğa Merkezi'nde çeşitli görevlerde gönüllü olarak çalışıyorum. Bunlardan biri, her Perşembe sabahı kafesleri temizlemek ve hayvanları beslemek. Bu iş zaman alıcı olabiliyor ve dışkı ve diğer atık ürünlerle uğraşmayı gerektiriyor ki bu da özellikle bahar aylarında, her yeri kirleten yavru ve yetim hayvanlarla dolup taşan merkezde pek de cazip bir iş değil. Ayrıca zaman zaman çok kötü bir tavra sahip hayvanlarla da uğraşmayı gerektiriyor. Öte yandan, çeşitli hayvanlarla temas kurmayı sağlıyor ve personelin rehabilitasyon, eğitim ve benzeri daha önemli görevlere odaklanmasını mümkün kılıyor. Bir denge söz konusu.

Unutmayın ki, doğanın herhangi bir yönünü destekleyip koruduğunuzda, o yönle olan ilişkinizi ve yaşamınızı da desteklemiş olursunuz. Doğanın her yönü, bir şekilde diğer her yönüyle bağlantılıdır. Biz bu bağlantıyı her zaman fark etmeyiz. Bir yönü desteklemek ve korumak için çalıştığınızda, o yönün ardındaki ruh da sizin yaşamınızı desteklemek ve korumak için çalışır; çünkü doğa bizden ayrı değildir.

Toteminizin ne olduğunu veya sizin ya da başkaları için ne yaptığını övünerek anlatmayın. Başkalarının, ister ifade edilmiş olsun ister olmasın, inanmaması, hayvanınızla olan bağlantınızı engelleyebilir ve kısıtlayabilir. Sessizlikte güç vardır. İlişkinizden bahsetmek, gerçek bir sihir yaratma şansı bulamadan enerjilerini dağıtabilir veya zayıflatabilir.

Belirli hayvanlara hayran olduğunuzu veya onları sevdiğinizi başkalarına söylemenin hiçbir sakıncası yok. Biri sorarsa, enerjisine ve özelliklerine hayran olduğunuzu söylemeniz yeterli. Hayvan totemi kişiseldir. Evet, bireyler aynı genel hayvan türüne sahip olabilirler, ancak onun sizinle çalışma şekli başkalarından farklı olacaktır. Bu ne daha iyi ne de daha kötü, sadece farklı.

İlişkilerinize saygı duymayı ve onların saygı çerçevesinde gelişmesine izin vermeyi öğrenin. Sınırları öğrenin ve toteminizin de sizin sınırlarınızı öğrenmesine izin verin. İlişkiniz geliştikçe ve ilerledikçe, değişmesine şaşırmayın. İlişkide ve ona saygı gösterme biçiminizde yaratıcı olun. Bu ruh hayvanı aracılığıyla size yardımcı olan, taptığınız ilahi kaynağa şükranlarınızı sunun.

## RUH HAYVANLARINIZI ÇAĞIRMAK

Ruh hayvanlarınızı tanıdıktan sonra, onlarla olumlu bir çalışma ilişkisi kurmak önemlidir. Bu, onların sizin için neler yapabileceğini ve neler yapamayacağını tam olarak bilmenizi sağlayacaktır. Bu, belirli amaçlarınız için onlardan ve onların aracılığıyla işleyen arketipsel enerjilerden yararlanmanıza yardımcı olacaktır.

Öncelikle hayvanı düşünerek meditasyona başlayın. Basit görselleştirmeler yapın, hayvanın önünüzde durduğunu veya size yaklaştığını hayal edin. Telepatik olarak sizinle konuşmasına izin verin. Önünüzde dururken, kendisi hakkında size konuşmasına izin verin. Hayatınızın farklı alanlarında size nasıl yardımcı olabileceğini anlatmasına izin verin.

Her şeyin sadece zihninizde olup bittiğinden endişelenmeyin. Ona ne kadar çok odaklanırsanız, özüne olan davet ve bağlantınız o kadar güçlenir.

Onun sizinle birleştiğini görselleştirmeyi deneyin. Kendinizi bu hayvan olarak gördüğünüz meditasyonlar yapın. Bir sonraki bölümdeki egzersizler bu konuda yardımcı olacaktır. İş yerinde veya evde bu hayvanın enerjisine ihtiyaç duyduğunuzu bildiğiniz durumlar varsa, duruma girmeden önce beş dakika ayırarak toteminizin içinizde canlı olduğunu görün. Enerjilerinin güçlü ve hayati olduğunu hissedin. Bu enerjilerin durumu büyük bir başarıyla ele almanıza yardımcı olacağını bilin. Durumun sonuç olarak başarılı bir şekilde sonuçlandığını görün.

Hayvan ruhunuzu tanımaya ve onun enerjilerini çevrenizde ve içinizde fark etmeye başladığınızda, onu kendinize çağırmak için denemeler yapmaya başlayabilirsiniz. Müzik, ilahiler ve davul çalmak, ruh hayvanlarınızı çağırmaya yardımcı olmak için kullanılabilir. Davul çalmak ve ilahiler, bilinci değiştirmeye ve ruh alemine kapılar açmaya yardımcı olabilecek güçlü araçlardır. Davul çalmanın ve hayvanlarla çalışmaya yönelik uygulamalarının tüm yönlerini ele almak için zamanımız ve yerimiz olmasa da, bu konu bir sonraki bölümde daha ayrıntılı olarak incelenecektir.

Toteminiz için şarkılar ve ilahiler uydurun. Karmaşık olmaları gerekmez. Basit, melodik ve tekrarlayan iki veya üç satır harika bir araç olabilir. Zaten aşina olduğunuz basit bir şarkı veya ilahi varsa, toteminizi onurlandıracak şekilde sözlerini değiştirin. Meditasyonlarınızda, toteminizden onu daha hızlı çağıracak dua şarkılarını size öğretmesini kolayca isteyebilirsiniz.

Ruh hayvanlarım için kullandığım en güçlü ilahilerden biri, eski bir Rönesans performans eserini uyarlayarak ortaya çıkıyor. Üç satırlık nakaratını hayvan totemlerime çağrı olarak kullanıyorum. Aynı zamanda koruyucu ve enerji verici olup, hayvanı yüceltiyor.

Eserin adı “Riu Chiu” olup, 16. yüzyıldan kalma, anonim bir İspanyol eseridir. Noel'de en sık icra edilen Rönesans eserlerinden biridir, ancak birçok benzer eserde olduğu gibi hem dini hem de seküler versiyonları mevcuttur.

Üç satırlık nakaratın her satırında on iki hece ve üç satır bulunur. Üç, yaratıcı bir sayıdır ve on iki sayısının içinde zaten mevcuttur.

On iki sayısı da, zodyakın on iki burcu, yılın on iki ayı vb. ile bağlantılı olarak, kendine özgü büyük bir mistik öneme sahiptir. Bu sayılar, ilahiye yaratıcı bir ritim kazandırır. Numerolojiyle ilgilenenler için bu önem gözden kaçmayacaktır. (Ritmin önemi ve büyülü ve mistik ilahiler ve dualar yazmada daha spesifik teknikler için önceki çalışmam olan Kutsal Sesler'e başvurmak isteyebilirsiniz.)

Bu dizelerin çevirisi, kitabın önceki bölümlerinde ele alınan avcı ve av gizemleriyle de bağlantılıdır. Üçüncü dizenin uyarlanması, ilahi olanın belirli hayvanlar ve doğanın ifadeleri aracılığıyla tezahür ettiği fikrini pekiştirir.

**“RIU CHIU”** (orijinal)

Riu Riu Chiu, La guardo ribera.

(Riu, Riu Chiu. Nehrin kenarında nöbet tutan.)

Yeni bir kordonun koruyucusuydu.

(Tanrı, kurdu koyunumuzdan korur/uzak tutar.)

Tanrı, kuzumuzdan elobonu korusun.

(Tanrı, kurdu koyunumuzdan korur/uzak tutar.)

**“RIU CHIU”** (benim uyarlamam)

Riu, Riu Chiu. Nehir kenarındaki bekçi.

(Riu, Riu Chiu. Nehrin kenarında nöbet tutan.)

Tanrı, kuzumuzdan elobonu korusun.

(Tanrı, kurdu koyunumuzdan korur/uzak tutar.)

___ kuzumuzun elobosunu koru.

(Kurtu koyunumuzdan uzak tutar.)

Benim uyarlamamda, üçüncü satırda "dios" kelimesini kullanmıyorum. Bunun yerine çağırdığım hayvanın adını kullanıyorum. Bu İspanyolca bir eser olduğu için hayvanın İspanyolca adını kullanıyorum. Bu şekilde, Tanrı'nın veya İlahi Varlığın bir hayvan aracılığıyla tezahür ettiği ve kurdu koyundan uzak tutanın hayvanın enerjisi olduğu fikrini vurguluyorum. Avcı ve av arasındaki sihir dengesini sağlayan enerjileri harekete geçiren hayvandır.

ÖRNEK UYARLAMA

Riu, Riu Chiu. La guardo ribera.

(Riu, Riu Chiu. Nehrin kenarında nöbet tutan.)

Yeni bir kordonun koruyucusuydu.

(Tanrı, kurdu koyunumuzdan korur/uzak tutar.)

Yeni çağın koruyucusu elobo.

(Şahin, kurdu koyunumuzdan koruyor/uzak tutuyor.)

Hayvan, ilahi olanın tezahür ettiği biçimdir ve bu, üçüncü satırda yansıtılmıştır. Birden fazla hayvanla çalışıyorsam, bunu her seferinde farklı bir hayvanla değiştirerek tekrarlayacağım. Genellikle bu şarkıyı her hayvan için üç kez tekrarlayacağım, üçlü ritmi koruyarak. Deneyin. Size neyin uygun olduğunu bulun. Bu güçlü bir parça ve normalde çalışmadığım hayvanları bana çağırmada etkili olduğunu gördüm.

Bu bölümün sonunda bu parçanın melodisi yer almaktadır. Eğer piyano veya başka bir müzik aletine erişiminiz varsa, bunu söylemeyi öğrenmenize yardımcı olacaktır. Yerel kütüphanenize, bir üniversite müzik kütüphanesine veya Rönesans eserlerine erişimi olan bir müzik mağazasına gidip bir kaydını edinmenizi öneririm. Birinin bunu söylediğini duymak, melodiyi çok daha kolay öğrenmenize yardımcı olacaktır. Çoğu kütüphane, eğer yoksa, bulmanıza yardımcı olabilir.

Bu parçayı bulmak ve öğrenmek için harcadığınız çaba fazlasıyla karşılığını verecektir, çünkü son derece etkili bir eserdir. Davul ve çıngırak da kullanılabilir ve etkileri artırabilir. Basit bir İspanyolca-İngilizce sözlük, yerine kullanılabilecek hayvanların İspanyolca isimlerini bulmanıza yardımcı olacaktır. Bazı isimler ritme kolayca uymayabilir, bu nedenle yaratıcı olmanız gerekebilir. Örneğin, baykuşun İspanyolca karşılığı şöyledir:

“Dios” kelimesinin yerine tam olarak oturmayan “lechuza” kelimesini kullandım. Son heceyi atarak, üç hece yerine iki heceden oluşan “lechuza”yı (“lechuz”) oluşturdum. Niyetiniz gerçekleşecektir.

Aşağıda bazı örnekler verilmiştir:

Geyik

venado, ciervo (masc.) Kanguru canguro

Şahin

halkon

Baykuş

lechuza

Kartal

aguilla

Tavşan

conejo

Tilki

Zorro

Kaplumbağa

tortuga

Atış

at

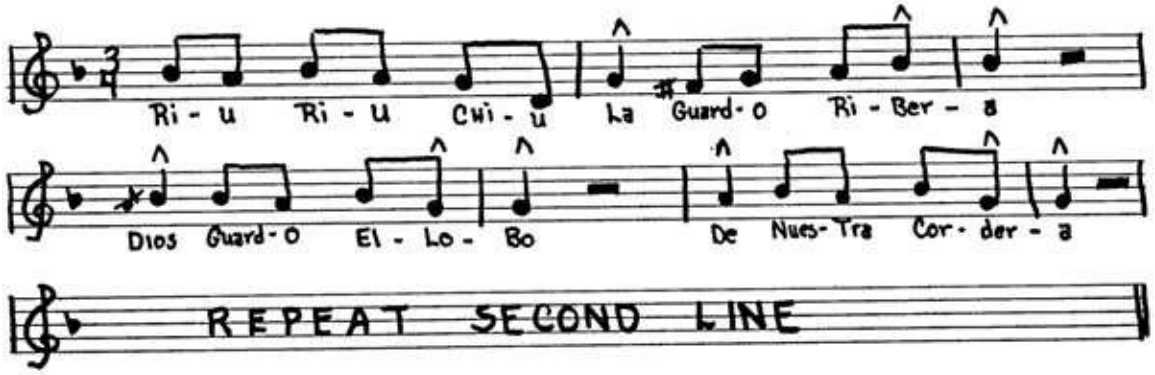
Akbaba

gallinazo

Fil fil

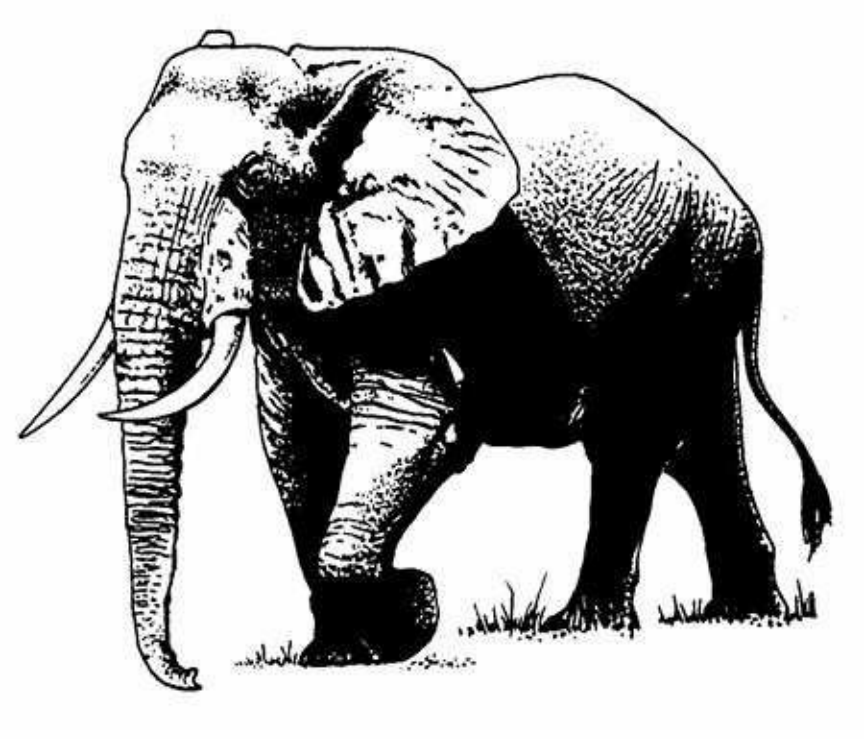
Balina

ballena

Aşağıda hayvanları çağırmak için kullanılan müzik bulunmaktadır. Bununla çalışın. Deneyler yapın. Çabalarınız hızlı bir şekilde karşılığını verecektir. Bunu öğrendikçe, hayvanları çağırmak, onlara mesaj göndermek ve şekil değiştirmek için kullanabileceksiniz. İçinde işe yarayacak bir sihir var.

[İçindekiler]

42. Limburg, Peter. Vahşi Hayvanların Adının Anlamı Nedir? (New York: Coward, McCann and Geoghegan, Inc., 1977).

43. Snead, Stella. Dört Dünyada Hayvanlar (Chicago: University of Chicago Press, 1989), s. 7.



ON İKİNCİ BÖLÜM

HAYVAN RİTÜELLERİ

Hayvanlarla yapılan ritüeller ve hayvan hakları, metafizik ve diğer "yeni çağ" grupları arasında sıkça tartışılan konulardır. İkisinin de birbiriyle bağlantılı olduğu varsayılabilir, ancak bazı çevrelerde durum böyle değildir. Hayvan kurban etme içeren ritüellerle ilgili hikayeleri ne kadar sık duyduğuma şaşıyorum.

Ülkenin bazı bölgelerinde, ritüellerde sık sık tavuk kurban edilen voodoo inancı yaygındır. Şamanizmin geri dönüşü ve popülaritesiyle birlikte, birçok kişi hayvan kurban etmenin doğayla bütünleşmenin doğal bir parçası olduğunu ve hayvanın onurlandırılması şartıyla bunun sorun olmadığını varsaymaktadır. Harmonik yakınlaşma zamanında, şamanik grupların Toprak Ana'ya tavuk ve benzeri hayvanları kurban etmesiyle ilgili birçok korkunç hikaye duydum.

Avcılık son zamanlarda daha popüler hale gelmiş ve hatta bazı gruplar arasında teşvik edilmiş gibi görünüyor. Bana danışan bir kadın, ritüel giysilerini yapmak için deri elde edebilmek ve böylece hayvanla daha fazla bütünleşebilmek için kocasını ava gönderebildiği için ne kadar mutlu olduğunu anlattı. Az bilgiden daha tehlikeli bir şey yoktur. Bu tür faaliyetlerin hepsini dehşet verici buluyorum. Cehaleti ve doğaya karşı büyük bir saygısızlığı gösteriyor. Bazıları hayvanların doğada zaten öldüğünü ve bu nedenle gerçek bir zarar verilmediğini savunabilir. Bu doğru, ölüm doğanın bir parçasıdır. Ancak ölüm, yapay olarak tetiklenen unsurlar yoluyla değil, avlanma veya hastalık gibi doğal döngünün bir parçası olarak gerçekleşir. Nasıl rasyonelleştirilirse rasyonelleştirilsin, avcılık bir spor değildir. Spor, aynı araçlarla donatılmış bireyler arasında bir yarışmayı içerir. İstismar faaliyetlerini ilgili makamlara bildirmekten çekinmiyorum.

Birçok şamanik purist, bunun Toprak Ana ile gerçekten bütünleşmenin tek yolu olduğuna inanıyor, ancak bunu nasıl gerekçelendirirlerse gerekçelendirsinler, bu kişiler ciddi yanlış anlamalar içinde hareket ediyorlar. Daha ilkel zamanlarda bu tür ritüeller yaşamın bir parçasıydı. Bir hayvan hayatta kalmak için öldürülürdü. Bu, din kadar kendini koruma eylemiydi de. Hayvanın her parçası bir işleve hizmet eder ve kullanılırdı, genellikle başka bir şey olmadığı veya insanların doğru bilgiye sahip olmadığı için. Bu toplumlarda ayrıca son derece kötü hijyen, kısa yaşam süresi ve son derece zor bir yaşam vardı. Bu yönlere de geri dönmek istiyor muyuz?

Bazı eski toplumlarda kan akıtmak, rahibin, rahibenin, şamanın, büyücünün veya şifacının enerjisini artırabilen, kanda bulunan bir tür psişik enerjiyi serbest bırakmanın bir yoluydu. Bildikleri tek yol buydu. Günümüzde insanlar bu tür faaliyetlere ihtiyaç duymayacak kadar evrimleşmiştir. İnsan psişik enerjisi çok güçlü ve hayati öneme sahiptir ve bu tür faaliyetler, ne

tür bir temizleme ve arındırma faaliyetiyle birleştirilirse birleştirilsin, insan enerji alanını kirletir. Düşünceleri, duyguları ve hatta fiziksel sağlığı kirletir.

Bunun gerekliliğini savunanlar yanılıyor. Ya yeteneklerini daha doğal bir şekilde geliştirmek için zaman ayırmayı reddeden kişilerdir ya da hâlâ sihir ve mistisizmin doğaüstü ve kendilerinin ötesinde bir şey olduğuna inanıyorlar. Bu gibi durumlarda, karşılıklılık yasası eninde sonunda devreye girecektir, ama ne pahasına?

Unutmayın ki taklit güçsüzdür. Çağlar boyunca bize birçok mistik ve büyülü formül ulaşmıştır ve birçok grup bunlara sıkı sıkıya bağlı kalır, ayinleri ve duaları asla değiştirmez. Sonra da çağrılan ve ifade edilen enerjinin, tasarlandığı gibi olmamasının nedenleri için sık sık bahaneler uydururlar.

Gerçek sihir ve maneviyatın gerçekleşmesi için öğrendiklerimizi alıp, bunlara kendi yaratıcı sezgimizi ve hayal gücümüzü eklemeliyiz. Sadece bu bile ona güç verir. Onu gerçekten büyülü kılan da budur. Sorumlu olmak ve mistik bir yaşam sürmek, bulabildiğiniz her kaynaktan bulabildiklerinizi alıp, onları yeniden şekillendirip, bireysel olarak size uygun, yaratıcı ve üretken bir büyüme sistemine dönüştürmeyi gerektirir. Öğrendiklerinizi sizin ve çevrenizdeki tüm yaşam için en iyi şekilde kullanmaktır.

Eski şamanların o güzel günlerini bir daha asla yaşayamayız. Zaten istememeliyiz de. Eğer bir hayvanla bütünleşmek için onu öldürmemiz veya kurban etmemiz gerektiğine inanıyorsak, yakında geriye sadece resimler kalacaktır. Hangisini görmeyi tercih edersiniz: vahşi doğada bir kurt mu yoksa vahşi doğada bir kurtun resmi mi? Yapabileceğimiz şey, eski şamanların öğrettiklerini alıp bugünkü yaşamlarımıza ve koşullarımıza uyarlamak. Bütünleşmeyi sağlamanın faydalı yollarını arayabiliriz.

Birçok insanın harika bir uzlaşma bulduğunu biliyorum. Yoğun trafiğin ve yolların doğal alanlara verdiği zararın olduğu toplumumuzda, çoğu insan yol

kenarında ölen hayvanlara aşinadır. Giderek artan sayıda insan arabalarında eldiven ve plastik poşet taşıyor. Yol kenarında ölü bir hayvanla karşılaştıklarında durup onu alıyorlar ve daha sonra onu onurlandırmak için kendi ritüellerini gerçekleştiriyorlar, belki de bazı tüylerini veya postlarını bile saklıyorlar. Bazıları ise hayvanı yoldan çekip, onu yiyen diğer hayvanların da trafiğe maruz kalmamasını sağlıyor. Bu, hayvanın yaşamına ve doğaya muazzam bir saygı göstergesidir. Hayvanın ruhuna şöyle der:

“Hayatınız faydalıydı.”

Arabamda eldiven, battaniye ve çantalar taşıyorum. Yaptığım tüm seyahatler nedeniyle sık sık yaralı veya ölü hayvanlara rastlıyorum. Çarpılan hayvanların sayısı ve türleri çok üzücü. Şahinler, kargalar, opossumlar, rakunlar, yer sincapları, vaşaklar, çakallar ve daha birçok hayvan gördüm. Hatta farlarımın önünde donup kalan küçük hayvanları bile çarparak öldürdüm. Bu korkunç bir duygu. Her zaman duracak durumda olmuyorum, ama mümkün olduğunda duruyorum - sadece yoldan çekmek için bile olsa. Ruhunun özgür kalması için kendi duamı ediyorum, ani ve talihsiz ölümüne üzülüyorum ve ona iyi dileklerde bulunarak gelecekte türüne yardım etmeye çalışacağıma söz veriyorum.

İlkbaharda yaralanmış veya ölmüş opossumlara rastlamak alışılmadık bir durum değil. Mümkün olduğunca durup kontrol etmeye çalışıyorum. Eğer dişi ise, kesesinde yavru taşıyor olma ihtimali yüksek. Anne ölmüş olsa bile, yavrular hayatta kalabilir.

Bir keresinde, Colorado'dan dönerken Missouri'den geçiyordum. Birkaç gündür şiddetli yağmur yağıyordu. Toprak o kadar ıslanmıştı ki, otoyolun bir bölümü boyunca ormandan yüzlerce kaplumbağa çıkıp yola gelmişti. Otoyolun her iki şeridinde de yaklaşık beş mil uzunluğunda bir alanı kaplamışlardı. Onlara çarpmaktan kaçınmak zordu. Diğer sürücülerin nasıl olduğunu görmek için dikiz aynama baktım.

Bazı sürücüler kaplumbağaları atlatmak için hiç çaba bile göstermezken, bir tır şoförünün davranışına hayran kaldım. Hızını minimuma indirdi ve yolunu değiştirerek tırını kaplumbağaların etrafından dolaştırdı, tek birine bile zarar vermedi. O koca tırı nasıl idare ettiğini ve her kaplumbağadan nasıl kaçınabildiğini görmek inanılmazdı. Kaplumbağaların sayısını göz önünde bulundurursak, etkileyici bir sürüş örneğiydi. Kaplumbağaları geride bırakırken, onlara koruma duası ve tır şoförüne de özel bir dua gönderdim.

Bu tür etkinlikler, doğal dünyaya saygı gösteren ritüellerdir. Doğal dünyaya saygı gösterme ve onunla bağlantı kurma ritüelleri, bir dua kadar basit veya şekil değiştirme töreni kadar karmaşık olabilir. Aşağıda yer alanlar hem basit hem de etkili olacak şekilde tasarlanmıştır. Bunları uyarlamaktan veya kendi ritüellerinizi oluşturmaktan çekinmeyin. Bunlar, ruh hayvanlarınızla daha yaratıcı bir şekilde çalışmak için fikirler üretecektir.

## HAYVAN RİTÜELLERİNE HAZIRLIK

Bir düzine insana "ritüel" kelimesini söyleyin, bir düzine farklı tepki alırsınız. Tepkiler her zaman değişir ve genellikle kafa karıştırıcıdır. Geçmişte ritüel hakkında çok şey yazılmıştır, ancak ne yazık ki, bunlar genellikle gerçek ritüel tekniklerinin absürt ve gülünç türevleridir. İnsanların her türlü ritüele karşı sahip oldukları çoğu görüş, televizyon ve filmler aracılığıyla uyarılan hayal gücünün dokusundan kaynaklanır. Çoğu abartıdır ve evrende var olan çeşitli enerjilerle kendimizi hizalamanın gerçek potansiyeline dair çok az anlayış ortaya koymaktadır.

Törenler ve ritüeller ile bunlara katılanlar hakkındaki bilgilerin büyük bir kısmı, amatörler veya psişik heyecan arayanlar için tasarlanıp icra edilmektedir. Birçoğu kendi yanlış davranışlarını örtbas etmek veya kendi cehaletlerini gizlemek için ritüel uygulamaları icat eder.

Bir zamanlar ritüellerin sadece melekler ve şeytanlarla ilgili olduğuna inanılırdı, ancak hepimizin hayatımızın her gününde ritüeller kullandığımızı fark etmeliyiz. Kaçımız her sabah belirli bir rutini takip ediyoruz? Kalkıp duş alıyor, kahvemizi içiyor, gazete okuyor ve sonra işe mi gidiyoruz? İşte bu bir ritüeldir. Kişisel ritüellerimiz, askeri ritüellerimiz, dini ritüellerimiz, sosyal ritüellerimiz var; insan ifadesinin her yönüyle ilişkili ritüeller.

Bu bölümün geri kalanında, doğal dünyaya ve içindeki hayvanlara daha etkili bir şekilde saygı duymanıza ve onlarla bütünleşmenize yardımcı olacak ritüelleri inceleyeceğiz. Doğaya ve içindeki yaşama, hayatınızda etkili olan daha yüksek güçleri ortaya çıkaracak şekilde bakmanızı sağlayacak rutinler oluşturmayı göstereceğiz. Ritüeller, dünyadaki yaşamın tüm tezahürlerine karşı daha büyük bir sevgi uyandırmaya yardımcı olacaktır.

Törensel ritüeller ilhamı harekete geçirir. Temel amaçları, katılımcılarda evrenin tüm enerjileriyle olan bağlantının daha büyük bir farkındalığını uyandırmaktır. Bize bir mikrokozmos olduğumuzu anlamamıza yardımcı olurlar. Yaptığımız her şey evrendeki her şeyi etkiler ve evrendeki her şey kendi yaşamlarımıza yansır. Bu amacı gerçekleştirmek için karmaşık araçlara, aletlere, cübbelere ve tapınaklara ihtiyacınız yoktur. Sadece zihinsel yeteneklerinizin belirli çizgiler boyunca yaratıcı bir şekilde uygulanmasını içerir. Sonuç görmek için açık bir zihin, genişleyen bir farkındalık ve azimden başka bir şey gerekmez.

Ritüel veya törensel ayin, güçlü bir amaç, niyet ve vurguyla yapılan her şeydir. İç dünyaları daha dolu dolu deneyimlemenin bir yolunu sağlar. Size daha büyük bir öz ifade, öz keşif ve öz araştırma kazandırır. Ancak geçmişteki ritüellerin çoğunun bugünün enerjisiyle artık etkili bir şekilde çalışmayacağını unutmayın. Bugün etkili bir törensel ayin, eski kutsal geleneklerin modern yaratıcı dürtülerle ortaya çıkmasını ve uyumlaştırılmasını içerir. Eskinin üzerine inşa ederiz, ancak onlara kendi yaratıcı sezgimizi de ekleriz.

Seçilebilecek birçok ritüel geleneği vardır. Çoğunun kendine özgü hayvan ritüelleri ve törenleri olmuştur. Kabala, Mısır, Orfik, Kelt, Amerikan yerlileri, Macumba ve Afrika ve diğer şamanik toplulukların kendine özgü ritüel yöntemleri vardı. Bir geleneğin ritüel tekniklerini kendi amaçlarınız için oluşturmadan ve uyarlamadan önce iyice incelemek her zaman iyi bir fikirdir. Ritüellerin sembollerinin ve enerjilerinin ne için tasarlandığını bilin. Aksi takdirde, çağırdığınız şey sizi rahatsız edici bir şekilde şaşırtabilir.

Doğayla/hayvanlarla bağlantı kurmak veya başka herhangi bir amaç için yapılan başarılı bir ritüel, hafızanızı odaklayacak ve geliştirecektir. Belirli enerjileri bunlardan bunalmadan deneyimlemenizi sağlayacaktır. Bilincinizi genişletecek, yaratıcılığı teşvik edecek ve genel özgüven seviyenizi artıracaktır. Genellikle üç ila yedi gün içinde amacını yerine getirdiğine veya yerine getirme sürecinde olduğuna dair somut bir onay alacaksınız.

Ruh toteminizle herhangi bir çalışmaya başlamadan önce dikkate alınması gereken birkaç ön koşul vardır: 1. HAYVANINIZ HAKKINDA MÜMKÜN OLDUĞUNCA ÇOK ŞEY ÖĞRENİN. Bunu bu kitap boyunca sık sık söylediğimi biliyorum, ama yine de tekrarlamakta fayda var.

Çok önemli. Hakkında okuyun. İnceleyin. En dikkat çekici ve sıra dışı özelliklerinin bir listesini yapın. Davranışının her yönü sizin veya hayatınız için bir anlam ifade edecektir. Belki de bu özelliklerden bazılarını uyandırmanıza ve geliştirmenize yardımcı olmak veya hayatınızda buna ihtiyaç duyanları kontrol etmek için ortaya çıkmıştır.

2. RİTÜELİNİZİN VEYA MEDİTASYONUNUZUN AMACINI BİLİN. Bu, ruh hayvanınızla uyum sağlamak için herhangi bir meditasyon veya törensel ritüel oluşturmadan önce yapılmalıdır. Kişisel olarak neden buna dahil olmak istediğinizi bilin. Bunu gerçekleştirmek için en uygun zaman(lar)ı ve yer(ler)i belirleyin. Etkili bir ritüel için belirli araçların gerekli olmadığını

unutmayın. Araçlar ve kıyafetler zihnin amaca odaklanmasına yardımcı olur, ancak bunlar olmazsa olmaz değildir.

3. HAYVAN RİTÜELLERİNİZİ VE MEDİTASYONLARINIZI BASİT TUTUN. Etkili olmaları için uzun olmaları gerekmez. En etkili ritüeller, karmaşık araçlar ve/veya kostümler kullanmayanlardır. Sizi en rahat hissettiren nedir?

4. ÖNCEDEN HAZIRLIK YAPIN. Meditasyon ve ritüel yerini hazırlayın. Hem yerin hem de sizin temiz ve düzenli olduğunuzdan emin olun. Arındırıcı bir tütsü veya buhur kullanın. Telefonun kapalı olduğundan ve rahatsız edilmeyeceğinizden emin olun. Asıl ritüele veya uygulamaya başlamadan önce aşamalı bir gevşeme egzersizi yapın.

5. BAĞLANTIYI GÜÇLENDİRMEK İÇİN MÜZİK VE DAVUL KULLANIN. Doğru müzik, herhangi bir ritüel veya meditasyon için güçlü bir destekleyici olabilir, ancak amacınıza uygun müzik olmalıdır. Sadece müzik olsun diye müzik kullanmak olumsuz etki yaratacaktır. Sizin için en iyi sonucu veren türü bulmak için farklı müzik türleriyle denemeler yapın.

Hayvan ruhunu onurlandırmak için kendi şarkınızı bestelemek isteyebilirsiniz. Bu konuya kitabın önceki bölümlerinde değinmiştim. Ayrıca, hayvan ritüellerini gerçekleştirmenin faydalarından birinin, sizinle hayvanınız arasında öyle dinamik bir bağ kurması olduğunu ve size hayvanın şarkısını öğreteceğini de görebilirsiniz.

Hayvan ritüellerini güçlendirmek için en etkili araçlardan biri davuldur. Şamanların temel bir aracıdır. Gerçek bir şaman, tanrıları, tanrıçaları veya diğer ilahi varlıkları bir aile, gelenek veya din aracılığıyla miras almaz. Şaman, ilahi olanın en uygun biçimdeki ifadesinin doğrudan deneyimlenmesi için kendini açan kişidir.

Ritim, yaşamın nabzıdır ve tüm fiziksel koşulları ve varoluş hallerini etkiler. Yerli Amerikalılar için davul sesi, Toprak Ana'nın kalp atışıdır. Voudoun'da davul, ritüeller sırasında rasyonel zihni devre dışı bırakmak için belirli şekillerde kullanılır. Cinsel enerjileri harekete geçirmeye veya hatta trans halini tetiklemeye hizmet eder.

Ritmik kalıplar her zaman ritüel ve şifanın bir parçası olmuştur. Saf, belirli ritimler, belirli fikirler, deneyimler ve fizyolojik tepkilerle ilişkilendirilmiştir. Duyguları uyarmak veya sakinleştirmek için kullanılan davul ve ritim kalıpları olduğu gibi, içsel bilincin keşfine yardımcı olanlar da vardır. Birçok şamanik uygulamada, davul vuruşu bilinç durumunu değiştirmek için kullanılır. Katılımcı, davul vuruşuna odaklanır ve onu, başka türlü kolayca erişilemeyen zihin seviyelerine doğru efsanevi bir yolculuğa çıkıyormuş gibi takip eder. Davul, bireyi büyülü bilinç hallerine bağlar veya köprüler.

Bazıları davul çalmakta o kadar yeteneklidir ki, çeşitli hayvanların ritimlerini taklit edebilirler. Yılan davulu, kurt davulu, şahin davulu; her hayvan için bir davul ritmi vardır. Ritim oluşturulurken, bireyin metabolizması üzerinde etki ederek senkronizasyona neden olur; bireyin kendi kalp ve metabolik ritmi davul vuruşuyla senkronize hale gelir. Bu, şekil değiştirmeyi, hayvan tarafından temsil edilen arketipsel güçlerle uyum sağlamayı kolaylaştırmak için kullanılır.

Bu metin, ritüel davul çalmanın tüm inceliklerini ele alma kapasitesine sahip değildir. (Bu konuyu daha kapsamlı bir şekilde incelemenize yardımcı olabilecek çeşitli kaynaklar bibliyografyada mevcuttur.) Bir davul veya çıngırak edinin veya kendiniz yapın. İki çubuğu birbirine vurmak bile bir ritim oluşturmanın bir yoludur. Oturarak ve yavaşça tekrarlayan, yavaş bir ritimle vurarak pratik yapın. Vücudunuzdaki değişikliklere dikkat edin. Bu bölümdeki egzersizleri yaparken bu ritimleri dahil edin. Unutmayın ki, ritmi sadece belirli amaçlar için kendi fizyolojik ve ruhsal ritimlerinizi değiştirmek için kullanıyorsunuz.

6. HAYVANINIZLA BAĞ KURMAK İÇİN HAREKETTEN YARARLANIN. Daha önce de belirttiğimiz gibi, hareket ve dans, bireyin hayvanın enerjileri ve özüyle uyum sağlamasına yardımcı olmak için sıklıkla kullanılmıştır. Hayvanın hareketleri, duruşları ve jestleri taklit edilmiştir. Bu, özellikle başlangıçta beş dakika kadar yapıldığında etkilidir. Bu, hayvanı size ve hatta içinize çekmenin bir yoludur. Hareketlerini taklit ederken, kendinizi hayvan olurken veya kendi türünden birine yaklaştığı gibi size yaklaştığını hayal edin. Sonra onun sizin içinize eridiğini, içinizde canlandığını hayal edin.

Hareketlerle eğlenin. Hayvanınızla ilgili doğa programlarını izleyerek nasıl hareket ettiğini gözlemleyin. Hayvanların bulunduğu hayvanat bahçelerini veya doğa merkezlerini ziyaret edin ve hareketlerini taklit edebilmek için onları gözlemleyin. Sonra da yaratıcı olun. Hayvan toteminiz için kendi kutlama dansınızı yaratın. Kendinizi sadece onun hareketleriyle sınırlamak zorunda değilsiniz. Bu konuda size yardımcı olması için daha önceki kitabım "Büyülü Dans"ı inceleyebilirsiniz.

7. AKSESUARLARI VE ARAÇLARI BASİT TUTUN. Doğanın güçleriyle bağlantı kurmak çok az şey gerektirir. Ancak bazen tüyler, portreler veya kostümler gibi aksesuarlar zihninizi odaklamanıza ve yoğunlaştırmanıza yardımcı olabilir. Maske yapımını keşfedebilir ve hayvan ruhunuz için bir maske yapabilirsiniz. Sanatsal bulmasanız bile, bunun çok güçlendirici olduğunu göreceksiniz. Bu sadece ona saygı ve hürmet göstermenin bir yoludur. Bunları kullanıp kullanmamanızdan bağımsız olarak, sadece yapımı bile başlı başına güçlü bir meditasyon biçimidir.

Bazı insanlar hayvan ruhunun resmedildiği elbiseler dikerler. Bazıları ise meditasyon ve ritüellerden önce enerjileri ve dikkati odaklamak ve yoğunlaştırmak için yüz ve vücut boyası kullanarak kendilerini hayvanın veya işaretlerinin resmine boyarlar. Yine de, totemlerinizle bağlantı kurmak için bu kadar karmaşıklaşmanıza gerek yok. Bazen bunu yapmak eğlenceli olabilir ve eğer bunu yapmak istiyorsanız, devam edin. Özellikle dans ve

şarkıyla birleştirildiğinde etkilidir. Bu aynı zamanda bu bölümün ilerleyen kısımlarında açıklanan örnek şekil değiştirme tekniğine de güçlü bir katkı sağlar.

**Özel Hatırlatmalar**

1. Çalıştığınız hayvanlar (ve enerjileri) aslında sizin içinizde bulunur. Siz mikrokozmossunuz. Evrendeki tüm enerjiler sizin içinizde yaşar.

2. Hayvanlar ve onlarla ilişkili enerjiler sizin aracılığınızla ve hayatınızda kendini gösterecektir. Onlarla uyum sağlamak için meditasyon yaparak ve hayvan ritüellerini kullanarak, tezahürün odak noktası haline gelirsiniz. Emin olun ki, hayvanlarla bağlantı kurmak için meditasyon yapıp ritüeller oluşturursanız, enerjilerini hayatınızın bir yerinde deneyimleyeceksiniz. Başlangıçta, bu tezahür noktalarını tanımak için biraz daha gözlemci olmanız gerekebilir. Ruh hayvanınızla bağlantınızı geliştirdikçe, enerjilerinin nasıl ve nerede tezahür edeceğini kontrol etmenin yollarını geliştireceksiniz.

3. Hayvanla ve onun enerjileriyle ilişki kurarken deneme yanılma yöntemine başvurmanız gerekecektir. Her ilişkide olduğu gibi, sınırlar olacaktır. Güç hayvanınızı tanımak, onu hayatınızın her alanında etkili bir şekilde kullanabileceğiniz anlamına gelmez.

4. Gözle görülür sonuçlar almaya başladığınızda, yeni keşfettiğiniz bağlantıyı ve mutluluğu paylaşma isteği duyacaksınız. Bu doğaldır. Bu aynı zamanda hayvanla işleyen bir ilişki geliştirme yolundaki ilk sınavınızdır. Dikkatli ve seçici olmak çok önemlidir. Deneyimlerinizi kimlerle paylaştığınıza çok dikkat edin. Başkaları engeller yaratabilir ve aksi takdirde kişisel olarak keyifli olması gereken bir deneyimi gölgeleyebilir.

5. Hazırlık her zaman anahtardır. Hayvanı, sembollerini, özelliklerini ve enerjilerini tamamen tanıyın. Mitlerini ve geleneklerini öğrenin ve açık fikirli olun. Enerjinin rahatsız edici veya çok yoğun olduğunu fark ederseniz,

bağlantıyı kesin. Unutmayın ki bir ilişki kuruyorsunuz ve her ilişkide yer alan herkes diğerlerinin sınırlarını öğrenmek zorundadır.

6. Doğanın bir yönüyle bağlantı kurduğunuzda, otomatik olarak diğerlerine de açılırsınız. Bir hayvanla bağlantı kurduğunuzda, diğerleri de hayatınızda belirir ve kendilerini gösterir. Bu bize her şeyin, her hayvanın ve her insanın birbirine bağlı olduğunu hatırlatır. Hayvanların dilini öğrenmenin gerçekten harika faydalarından biridir.

**Alıştırma #1: Hayvan Dili Sözlüğü Oluşturma**

Kimilerine bu bir ritüelden çok bir görev gibi gelebilir, ancak hayvanlarla bağlantı kurmaya başlamanın güçlü bir yoludur. İnsanlar yüzyıllardır hayvan seslerini taklit etmeye çalışmışlardır. Ornitologlar sıklıkla kuşların seslerini kataloglamış ve tanımlamaya çalışmışlardır: Karga - “Gaw, Gaw, Gaw”

Sinekkuşu - “Çik-a-dee-dee-dee”

Ördek - "Vak vak"

Çizgili Baykuş - "Sizin için kim yemek pişiriyor? Sizin için kim yemek pişiriyor?"

Yas güvercini - “Whoooooo-who-who-who”

Evcil hayvan beslemiş herkes bilir ki, evcil hayvanlar sürekli bizimle konuşur. Hareketleri, duruşları ve sesleri bize çeşitli mesajlar gönderir. Bacaklarımıza sürtünürler, havlarlar ve mırıldanırlar, tehdit edildiklerinde dişlerini gösterirler, korktuklarında çömelir ve sevgi göstermek için yalarlar. Biz de karşılığında hayvanlarla iletişim kurar, onlara bir şeyler öğretiriz. Onları çağırmak için mama kabını sallayabiliriz. Sevgi gösterirken yumuşak, üzgünken ise sert bir şekilde konuşuruz.

Hayvanları anlamak için, onların dilini yorumlayabilmeniz gerekir. Her hayvanın dili diğerinden farklıdır. Hepsinde ortak olan, genellikle hayatta kalmayla ilgili bazı mesajlar vardır. Tehdit edici duruşlar ve sesler en yaygın olanlardır ve tüm hayvanlar bunları bir dereceye kadar kullanır. Hayvanların dilini öğrenirken bunu aklımızda tutmalıyız.

Hayvanların diğer hayvanlarla ve insanlarla iletişim kurduğunu da unutmamalıyız. Bazen iletişim biçimleri farklıdır ve bazen dili biraz daha sembolik olarak yorumlamamız gerekir. Birçok yaratılış efsanesi, insanların ve hayvanların aynı dili konuştuğu zamanlardan bahseder, ancak o zaman geçti. Unuttuk, bu yüzden yeniden öğrenmeliyiz. Kargaların sayısına, bir karganın kaç kez öttüğüne ve bu olaylardan hemen önce ve sonra ne yaptığına dikkat etmek, Yerli Amerikalılar için anlam yüklüdür.

Hayvanların dilini öğrenmek istiyorsanız, yeni bir kelime dağarcığı geliştirmeniz gerekir. İşte burada sözlük geliştirme devreye giriyor. Bu, hem evcil hem de vahşi hayvanlar için yapılabilir. Çoğu insan için, evcil hayvanlarla başlamak genellikle daha kolaydır.

1. Bir seferde üzerinde çalışacağınız tek bir hayvan seçin ve ona odaklanmak için kendinize belirli bir süre ayırın. Bu, bir veya iki haftalık bir süre kadar basit olabilir. Bazıları bir hayvanı gözlemlemek için bir ay ayırmayı tercih edebilir. Size en uygun olanı bulun.

2. Hayvan hakkında bir not defteri veya günlük tutun. Hakkında okuyun. Ona adanmış doğa programlarını izleyin. En önemlisi, aktivitelerini kendiniz gözlemlemek için zaman ayırın. Elbette, bu bazı vahşi hayvan türleri için neredeyse imkansız olacaktır. Çoğu insanın vahşi doğada hayvanları gözlemleme imkanı veya fırsatı yoktur, ancak şehir ortamlarında bile daha yaygın hayvanlarla ilgili bazı fırsatlar vardır. En sık gördüğünüz hayvanlarla başlayın: kuşlar, sincaplar, evcil hayvanlar vb.

3. Gözlemlediğiniz sesleri, hareketleri ve davranışları not alın. Bunları gözlemlediğinizde, ne anlama geldiklerini düşündüğünüzü de not edin. Bazıları açık olacaktır, ancak diğerleri olmayacaktır. En az iki olası yorum üretebilmelisiniz. Bir olasılık, hareketin veya sesin diğer hayvanlar (özellikle kendi türünden olanlar) için ne anlama gelebileceğini açıklamaya çalışmaktır. Diğer olasılık ise, sizin için ne anlama gelebileceğine dair bir yorumdur. Ne kadar uçuk görünürlerse görünsünler, tüm olasılıkları not edin.

4. Hayvanın yanındayken veya ona yaklaşırken ortaya çıkan seslere ve hareketlere özellikle dikkat edin. Bunlar uzaktan gözlemlediğiniz zamankinden farklı mı? Hayvanın seslerini ve hareketlerini taklit etmeyi deneyin. Hayvan nasıl tepki veriyor? Not alın.

meydana gelen her şey üzerine.

5. Ardından, gözlem veya iletişimin hemen ardından kendi hayatınızda neler olup bittiğine dikkat edin. Günün sonunda geriye dönüp bakın. Hayvanın yaptığı herhangi bir şey, gün içinde yaşadığınız deneyimleri yansıtıyor mu? Herhangi bir paralellik kurabiliyor musunuz? Bunu 24 saatlik bir süre boyunca gözlemleyin. Benzerlikleri zorlamaktan endişelenmeyin. Bu, iletişimin ince nüanslarını fark etmenize yardımcı olacaktır.

Aynı sesler ve davranışlarla karşılaştığınızda, ilk kez kaydettiğiniz deneyimlere benzer deneyimler yaşıyor musunuz?

Unutmayın ki bu süreçte, karşılaştığınız hayvanların size ilettiği özel iletişimi anlamanıza yardımcı olacak parametreler geliştirmeye başlarsınız. Sonunda kendinize, "Sincap son birkaç kez böyle davrandı, işte olanlar bunlar... Dolayısıyla bunun tekrar olma olasılığı yüksek" diyebileceksiniz.

Sözlüğünüzü oluştururken, çevrenizdeki hayvanları anlama yeteneğinizi de geliştiriyorsunuz. Sözlüğünüz, çevrenizdeki yaygın hayvanların çıkardığı seslerin ve yaptığı hareketlerin anlamlarını çevirmenizi sağlayacak.

Üzerinde ne kadar çok çalışırsanız, o kadar kolaylaşır. Sadece bir yılda, birçok hayvanın dilinde sağlam bir temel oluşturabilirsiniz. Başlangıç seviyesinde bir kelime dağarcığı geliştirmiş olacaksınız. Ayrıca, bazı hayvanları anlamanın ve yorumlamanın diğerlerinden daha kolay olduğunu da göreceksiniz. Bazen bu hayvanlar bir katalizör görevi görerek, hayvan dilini öğrenme yeteneğinin doğuştan geldiğini fark etmenize yardımcı olur. Herkes bu yeteneğe sahiptir. Alıştırma #2: Hayal Gücü Uçuşları

Hayvanlar hayal gücünü harekete geçirir. Bazen sahip olduğumuzu unuttuğumuz benliğimizin daha derin yönlerine dokunur ve onları uyandırırlar. Birlik halini geliştirmek ve sürdürmek için düzenli olarak yapılabilecek en harika ritüellerden biri, hayvanınızı içeren hayali bir meditasyon oluşturmaktır. Bu, bir sonraki egzersizde açıklanan dans egzersizine hazırlık olarak özellikle faydalıdır. Ayrıca, bu bölümün ilerleyen kısımlarında açıklanan daha güçlü şekil değiştirme teknikleri için mükemmel bir hazırlık olabilir.

Bu tür bir ritüel duyguları serbest bırakır ve alışılmış zihinsel engellerimizi aşmamıza yardımcı olur. Enerjimizin daha ilkel dokusunu, doğaya tepki veren ve onu anlayan bilinçaltımızın o kısmını gevşetmeye başlamamıza yardımcı olur. Rahatlatıcıdır ve stresi azaltır. Yaratıcılığı teşvik eder ve doğayla her biçimde daha samimi bir ilişkiye davet eder.

1. Bir hayvan seçin. Herhangi bir hayvan olabilir. Aslında, şu anda size hitap eden herhangi bir hayvanla bu egzersizi yapmak faydalıdır. Kişisel toteminiz olması gerekmez.

2. Hayvan, yaşam alanları ve davranışları hakkında ön okuma yapın. Her yönüyle tamamen bilgi sahibi olmanız gerekmiyor, ancak zihninizde net bir şekilde canlandırabileceğiniz kadar bilgi sahibi olmalısınız.

3. Rahatsız edilmeyeceğiniz bir zaman seçin. Telefonun ahizesi kapalı olduğundan emin olun. Mümkünse, görselleştirme işlemini açık havada gerçekleştirin.

4. Gözlerinizi kapatın ve birkaç derin nefes alın. Yavaş ve aşamalı bir gevşeme egzersizine başlayın. Ayaklardan başlayarak başa doğru ilerleyerek vücudunuzun her bir bölümüne odaklanın. Sırayla her bir bölüme sıcak, yatıştırıcı ve rahatlatıcı hisler gönderin.

5. Şimdi kendinizi hayvanın yerine koyun. Eğer bir kuşsa, ayak bileklerinizin uzun, burnunuzun ve ağzınızın birleşerek gaga oluşturduğunu hayal edin. Gözleriniz başınızın yan tarafında ve vücudunuz tüylerle kaplı. Eğer bir hayvansa, kendinizi kürkle kaplı olarak hayal edin.

Tarlalar, ormanlar, dağlar ve ağaçlık alanlar sizin eviniz. Kendinizi bu şekilde hayal ederken, dışarıda olma isteği sizi sarar. Duyularınız keskinleşir. Normalde fark edilmeyecek kokular güçlü gelir. Gözleriniz keskinleşir ve kulaklarınız en ufak sesi bile algılar. Sanki tüm duyularınız güçlenmiş gibidir. Şimdi kendinizi doğal ortamınızda görün. Koşuyor veya uçuyor olabilirsiniz, ancak hareket sizi güçlü ve canlı hissettirir. Hiç bu kadar canlı hissetmemiştiniz. Her kasınız gerilip çalışırken, daha güçlü ve daha enerjik hale gelirsiniz. Sonra yavaşlayıp ayakta durduğunuzu veya dinlendiğinizi hayal edin. Duyularınız keskin ve canlıdır. Uzun zamandır hissetmediğiniz kadar canlı hissediyorsunuz.

Şimdi derin ve yavaş nefes alın. Rahatlamaya ve nefesiniz düzene girmeye başladıkça, vücudunuzun tekrar eski haline döndüğünü hissedersiniz. Tüyler giydiğiniz kıyafetler olur. Bir ormanda, tarlada veya bir dağın tepesinde

olmak yerine, ilk başladığınız yerde, koltuğunuzda oturuyorsunuz. Görüntü solsa da, enerji, güç ve denge içinizde kalır.

Bu egzersizin bir varyasyonu da etkili bir şekilde kullanılabilir. Kendinizi değişirken hayal etmek yerine, hayvanın size yaklaştığını görmek faydalıdır. Yaklaşırken, sizi sırtına binmeye davet eder. Sadece kendinizi hayvanın sırtına binebilecek büyüklükte hayal edin; hayvan sizi çevresinde taşırken, size hayatının her gününde neler hissettiğini ve deneyimlediğini gösterir. Seçtiğiniz hayvanla birlikte binmenin veya uçmanın nasıl bir şey olacağını hayal edin.

Hayal gücünüzün özgürce uçmasına izin verin. Onu sıkıca tutmaya çalışmayın. Hayal ettiğiniz şeyin kuşun gerçek bir özelliği veya niteliği olmaması konusunda endişelenmeyin. Bu ritüel, hayal gücünüzü gevşetmek ve hayvanların dilini anlamayı ve konuşmayı kolaylaştıracak zihin seviyelerine erişmenizi sağlamak için tasarlanmıştır. Egzersiz #3: Hediye Verme Ritüeli Hediye vermek, doğayla paylaşma fırsatları için minnettarlığı ifade etmenin basit bir yoludur. Özünde, bir denge eylemidir. Bir şey alırsanız, karşılığında bir şey verirsiniz. Verdiğiniz şey gerçek bir hediye veya sadece zamanınız olabilir. Anlamaya çalıştığınız şeye saygı göstermenin bir yoludur. Bu, özellikle doğayla ve hayvanlarıyla -ormanlık bir alan, bir park veya kendi arka bahçeniz olsun- yaptığınız çalışmalar ve gerçek karşılaşmalar için çok önemlidir. Hayvanlarla konuşmayı öğrenen herkes için, doğal ortamlara düzenli ziyaretler şart olacaktır.

Yerli Amerikalılar tütünü toprağa veya hayvanlara sunar, çevreye bırakırlar. Tütün onlar için kutsaldır ve büyük bir öneme sahiptir. Bir armağanla karşılaşmayı kabul etmek, doğanın tamamına alıcı ve saygılı olduğunuz mesajını gönderir. Bu, daha fazla karşılaşmayı kolaylaştırır.

Hediyeleşme, hayata ve yaşama karşı daha büyük bir şükran duygusu uyandırmanın bir yoludur. Özellikle doğada olduğunuzda ve belirli bir

hayvanı veya doğanın bir yönünü gözlemleyip incelediğinizde bunu bir şekilde yapmak çok önemlidir. Örneğin, sizin için seçilmiş bir alan varsa

Gözlemlerinizden yola çıkarak, ayrılmaya hazır olduğunuzda o alana bırakacağınız özel bir hediye arayın. Bu, birçok şey olabilir: bir meşe palamudu, bir kristal veya renkli taş, özel bir yaprak, sizin için özel bir çiçek, kurutulmuş otlar veya herhangi bir doğal obje. Her zaman doğal bir obje olmalı ki doğanın bir parçası olsun ve o yerin doğal güzelliğini bozmasın veya kirletmesin. Ben genellikle bir çiçek, çoğunlukla bir gül tomurcuğu veya küçük bir kristal ucu bırakırım.

Bu hediyeleşme ritüeli döngüyü tamamlar. Doğa size verir ve siz alırsınız, böylece siz de doğaya geri verirsiniz ve o da alır. Bu güçlü bir ritüeldir. Süslü dualar, etkinlikler veya resmi törenler gerektirmez. Sadece dairesel bir hediyeleşme ritüelidir.

Hayvanların yapay ortamlarda (hayvanat bahçeleri, doğa merkezleri vb.) gözlemlendiği durumlarda, bu ortama her zaman somut bir hediye bırakmak mümkün olmayabilir. Bu tür ortamlar, hayvanların ve ziyaretçilerin güvenliği ve refahı için kontrol altındadır. Bu gibi durumlarda, merkeze parasal bir bağış yapmak faydalıdır. Ortamın refahını artırmaya yardımcı olur. Hayvanı sık sık gözlemlediğiniz bir durum söz konusuysa, gönüllü olarak zaman ayırmayı düşünebilirsiniz. Bu şekilde, karşılık vermiş olursunuz ve döngü tamamlanır.

Özellikle doğal ortamlarda, izin almadan ziyaret edip gözlem yapabileceğinizi varsaymak doğru değildir. Gözlem yapmadan önce, en azından zihnen çevreden ve içindeki hayvanlardan izin istemek her zaman iyi bir fikirdir. Bu, karşılıklı saygıyı artırmaya yardımcı olur. Doğayı veya deneyimi hafife alma olasılığınız azalır. Deneyimi daha anlamlı hale getirir.

Hediyeleşmeyi Daha Etkili Hale Getirmek İçin İpuçları:

1. Doğada her zaman aynı noktaya geri dönün ki o çevreyle bir ilişki kurabilesiniz. Ancak kendinizi yalnızca o noktayla sınırlamanız gerekmiyor.

2. Ziyaretinizin sonunda, deneyim ve gözlemlediklerinizi için içten içe bir "teşekkür" ederek hediyeyi bırakın. Hatta o anda tekrar geri dönmek için içten içe izin bile isteyebilirsiniz.

3. Hediyeleri sade ve doğal tutun, böylece doğal çevrenin özündeki kaliteye müdahale etmesinler.

4. Doğal ortamlara çıktığınızda yanınızda plastik bir çöp torbası bulundurmanız iyi bir fikirdir. Çöp, atık ve karşılaştığınız diğer her türlü dağınıklığı toplayın. Bu saygı göstergesidir ve doğa da size karşılığını verecektir.

5. Ziyaret yerlerini yılın farklı zamanlarında ve farklı sürelerde ziyaret edin. Bölgedeki hayvan aktivitelerini, bitki örtüsünü ve benzerlerini not edin. Her ziyaretin sonunda, ayrılırken mutlaka bir hediye bırakın.

6. Hediyeleşme döngüsünün bir parçası da almaktır. Sessizce oturup gözlem yapmayı deneyin. Notlar alın, ancak tartışmayın. Doğanın size verdiklerini dinleyin, koklayın ve izleyin. Hatta kendinizi o ortamın bir parçası olarak, toprağa bağlı ve ondan büyüyen biri olarak hayal etmek isteyebilirsiniz. Toprağa ne kadar bağlı hissederseniz, ondan alma döngüsü o kadar kolaylaşır.

7. Tüm hareketler yavaş olmalıdır. Unutmayın ki doğa insan yaşamına karşı çok temkinlidir, bu nedenle güven oluşturmak bazen zordur. Hayvanları ürkütmeyen veya korkutmayan yavaş hareketler, onlara verebileceğiniz bir hediyedir. Bu, kendilerini daha rahat hissetmelerine yardımcı olacaktır. Sonuçta, birinin evinize gelip hayatınızı rahatsız etmesini istemezsiniz. Bu, basit ama etkili bir saygı hediyesidir.

8. Doğaya uyum sağlamayı, doğanın bir parçası olmayı öğrendikçe, hayvanlar, böcekler ve kuşlar da sizi çevrenin bir parçası olarak kabul edeceklerdir. Bunu yaptıklarında, size daha fazla aktivite sunacaklar ve size daha da yaklaşacaklardır.

**Alıştırma #4: Dans Ritüelleri**

Hayvanları ve doğanın diğer unsurlarını onurlandırmak ve onlarla bağlantı kurmak için dansı kullanmanın birçok yolu vardır. Bu kitap bunların hepsini kapsayamaz, ancak belki de kendiniz için geliştirebileceğiniz fikirler uyandırabilir. Dünyanın dört bir yanındaki toplumlarda birçok insan hayvanları onurlandıran danslara sahiptir. Bireyde hayvanın enerjilerinin deneyimini uyandırmaya yardımcı olmak için gösterişli veya basit kostümler kullanılır.

Hayvanlara dans etmek, onları onurlandırmanın ve enerjilerini hayatınızda dramatik bir şekilde harekete geçirmenin bir yoludur. Kutsal dansın en yaygın biçimlerinden biri, doğanın ve içindeki yaşamın taklit edilmesiydi. Bireyler, kendilerini onun gücüyle hizalamak ve onu yaşamlarında uyandırmak için bir hayvanın dansını yaparlardı. Bu, bu bölümün ilerleyen kısımlarında açıklanan şekil değiştirme egzersiziyle birlikte kullanılabilecek güçlü bir araçtır. Dans yoluyla enerjimizi hayvan totemimize benzer bir kalıba dönüştürebiliriz.

Bunun nasıl işlediğini anlamak için insan vücudunu anlamanız gerekir. İnsan vücudu karmaşık, biyokimyasal, elektromanyetik bir enerji sistemidir.

Her kas kullanıldığında elektriksel bir uyarı oluşur. Kas hareketleriyle ilişkili elektriksel uyarıların incelenmesi, kinezyoloji biliminin bir parçasıdır. Hayvanları taklit ederek hareket ettiğimizde veya dans ettiğimizde, kendi vücudumuzun elektriksel frekansını hayvanınkine benzer bir frekansa ayarlamaya yardımcı oluruz. Rezonans yaratırız.

Bunun en etkili olması için hayvanı yakından incelemelisiniz. Hareket etme ve durma biçimini öğrenin. Başını nasıl tutuyor? Yürürken ayaklarını nasıl yerleştiriyor? Bu duruşları ve hareketleri taklit ederek pratik yapın. Bu hareketler dansın özünü oluşturacak. Uzun veya kapsamlı olmaları gerekmiyor. Uygun şekilde yapıldığında, hayvanın enerjisini hayatınıza davet etmek için birkaç dakika yeterlidir.

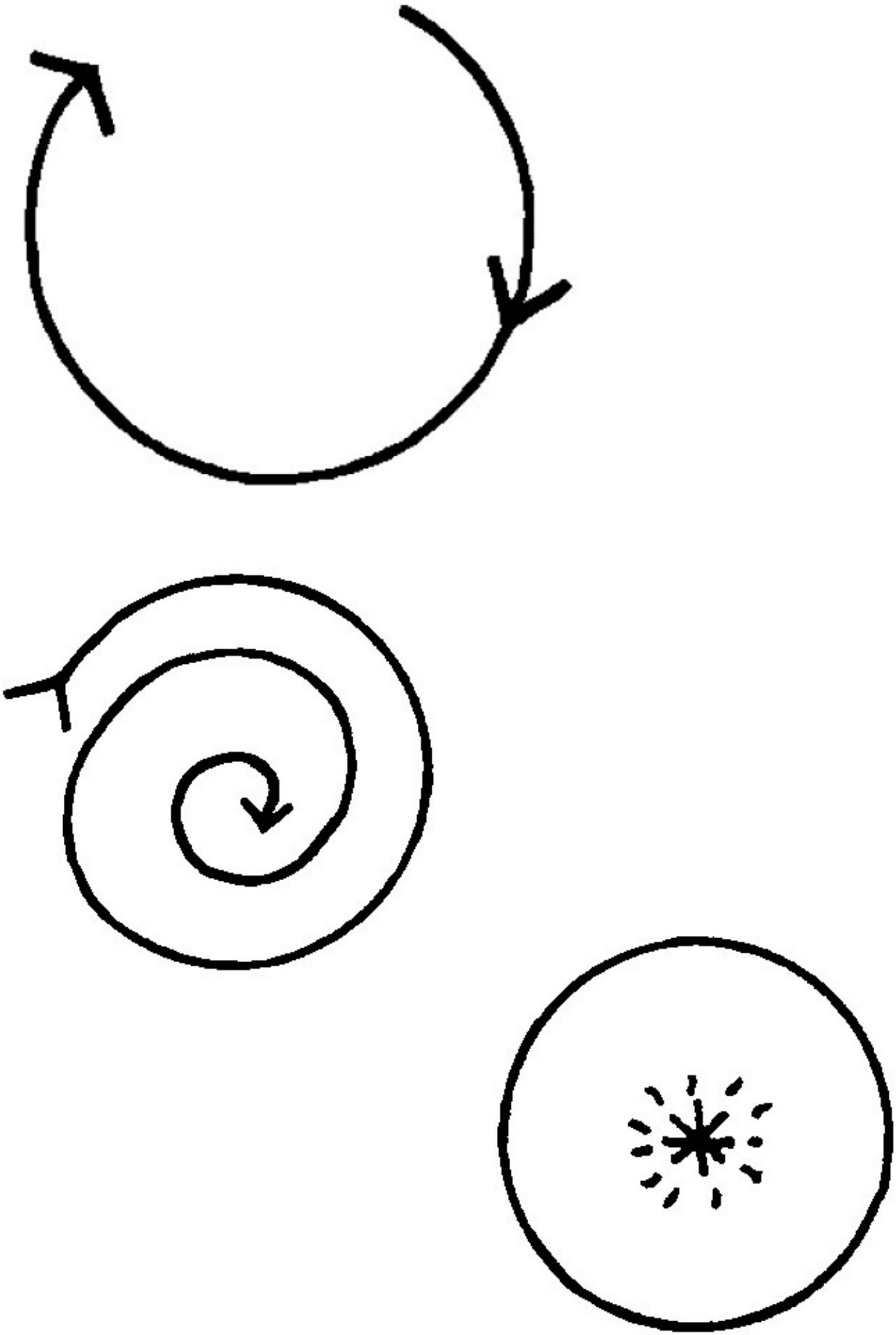
Aşağıdaki örnek dans, herhangi bir hayvanla birlikte kullanmak için etkilidir. Hareketleri sizi hayvanın ve enerjilerinin taklitine götürecek ve sembolik olarak onları hayatınıza çekecektir. Basit dairesel hareketlerle, hayvan toteminizin temel duruş ve hareketlerinin birleşimiyle yapılır.

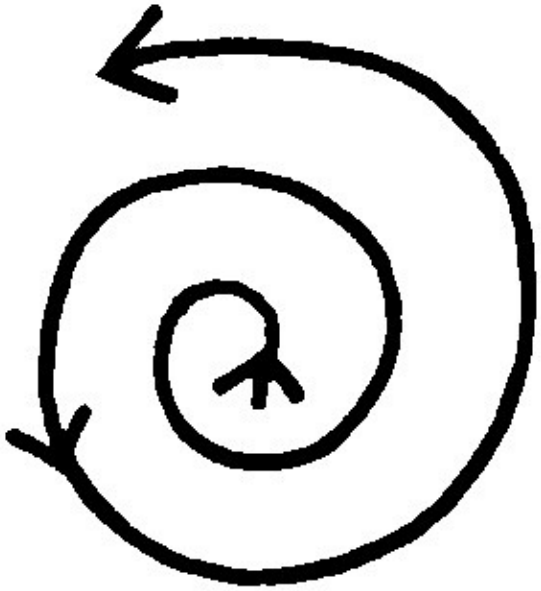
1. Öncelikle toteminiz hakkında araştırma yapmaya başlayın; toteminizin aldığı üç veya dört temel hareket veya duruşa odaklanın ve bunların hangisinin onun enerjilerini en iyi yansıttığına dikkat edin.

2. Hareketlerini taklit etmeyi ve pandomim yapmayı deneyin.

3. Hareket edebileceğiniz yeterli alana sahip olacağınız bir oda seçin veya odanın ortasını boşaltın. Odayı tütsüyle veya toteminizle ilişkili resimler veya sembollerle hazırlayın.

4. Yanınızda taşıyıp çalabileceğiniz bir müzik seçin veya bir davul edinin. Hatta birinin sizin için davul çalmasını bile isteyebilirsiniz.





Başlangıçta davul ritmini yavaş ve istikrarlı tutun. İki vuruşluk bir ritim, uygulaması kolaydır ve kalbin düzenli ritmini taklit eder. İlk vuruş, ikincisinden biraz daha sert çalınır.

5. Dansa kutsal bir alan belirleyerek başlayın. Bu, dairesel bir hareketle yapılır (bkz. 233. sayfadaki şema). Bu, zihinde kutsal bir alan, dünyalar arasında bir yer, ince ve somut olanın kesişebileceği ve dokunabileceği bir nokta yaratır. Dairesel hareket, herhangi bir dans ritüelini başlatmanın dinamik bir yoludur. Dans alanını saat yönünde en az bir kez daire çizerek dolaşın. (Üç, doğum ve yaratılış sayısı olduğu için üç daire çizmenizi öneririm). Basit bir ayak parmağı-topuk adımı kolayca yapılabilir. Basit bir iki vuruşlu davul ritmi kullanıyorsanız, ilk (daha sert) vuruşta bir ayağınızın parmak uçlarını yere, ikinci (daha yumuşak) vuruşta ise topuğunu yere koyun.

6. Dikkatinizi çemberin merkezine odaklayın. Her dans, merkezi bir nokta etrafında yapılan bir dizi harekettir. Çember içindeki hareket ve merkeze

odaklanmanız, amacınıza enerji katar. Ruh hayvanının enerjisini uyandırdığınızı ve çembere davet ettiğinizi bilmeye odaklanın.

7. Şimdi yavaşça merkeze doğru spiral şeklinde dönmeye başlayın. Hatta hayvanın doğal ortamında yürüdüğünüzü veya dans ettiğinizi hayal edebilirsiniz. Merkeze yaklaştıkça, totem tarafından temsil edilen arketipsel enerjilere de yaklaştığınızı hayal edin ve bilin.

8. Çemberin merkezine geldiğinizde, durun ve gözlerinizi kapatın. Etrafınızdaki hayvanı hayal edin. Enerjilerini ve özünü hissedin. Şimdi hareketlerini ve duruşlarını taklit etmeye başlayın. Kendinizi hayvan olarak görün. Enerjilerinin içinizde canlandığını hayal edin ve hissedin. 9.

Birkaç dakika sonra veya enerjilerinin içinizde canlılığını hissettiğinizde, tekrar merkezde durun. Hayvanın içinizde olduğunu ve gerektiğinde sizden çağrılabileceğini bilin. Ardından yavaşça dansa yeniden başlayın, çemberin çevresine doğru spiral çizerek ilerleyin.

Bu sefer saat yönünün tersine hareket edin. Dışarı doğru spiral çizerken, hayvanın özünü de yanınızda getirdiğinizi hayal edin. Enerjilerinin önümüzdeki günlerde size nasıl yardımcı olacağını hayal edin ve görselleştirin. Olabildiğince çok özel durumda faydalı olduğunu görün.

**Dans Ritüelleri için Diyagram**

Kutsal alanınızı oluşturmak için saat yönünde bir daire çizerek dans edin.

Bu, enerjileri daha tam olarak deneyimlemenizi sağlar.

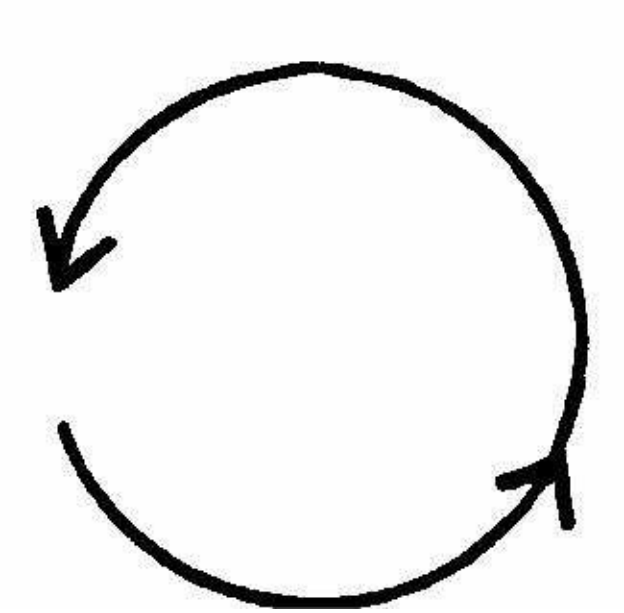
Şimdi yavaşça merkeze doğru, hayvanın kuvvetlerinin karşılanabileceği noktaya doğru spiral çizerek ilerleyin.

Ardından hayvanı taklit ederek hareketlerinizi gerçekleştirin.

Kendinizi hayvan olarak görün ve onun enerjilerinin içinizde canlı olduğunu hissedin.

Ardından saat yönünün tersine, yavaşça çemberin çevresine doğru spiral çizerek dışarı çıkın ve hayvanın enerjisiyle kendinize geri dönün.

Enerjisini dağıtmak için daireyi yavaşça saat yönünün tersine doğru dans ederek hareket ettirin.



1. adımda olduğu gibi aynı sayıda devir kullanın.

10. Çemberin dış kenarına ulaştığınızda, çevreyi saat yönünün tersine hareket ederek dans etmeye başlayın. Bu, kutsal alanı kapatır ve dağıtır. Çemberi oluşturmak için başlangıçta kullandığınız kadar dönüş yapın. Hayvan totteminin enerjilerinden bazılarını yanınızda getirdiğinizi bilin. Sorumluluğu hatırlayın ve ona saygı gösterin.

**Alıştırma #5: Şekil Değiştirme Sanatını Öğrenmek**

İnsanlığın evriminin ilk dönemlerinde, fiziksel forma bu kadar sıkı sıkıya bağlı kalmadan önce, muhtemelen şekillerimizi biçimlendirebiliyorduk.

Vücut daha az yoğunken, belki de başka bir şekle dönüşebilirdik. Bugün ise hayal gücümüzü kullanmalıyız.

Şekil değiştirme, tüm insanlık için doğaldır. Bu, sadece kendini bir canavara dönüştürmekten daha fazlasını içerir. Her gün, bir düzeyde, hayatın günlük zorluklarına, sorumluluklarına ve yükümlülüklerine uyum sağlamak için enerjimizi değiştiririz. Hayatımızın erken dönemlerinde ne zaman gülümseyeceğimizi, ne zaman ciddi olacağımızı, nasıl özür dileyeceğimizi veya ihtiyaca göre çok çeşitli kişilikleri nasıl ifade edeceğimizi öğreniriz.

Şekil değiştirme, eski mitlerde ve öykülerde sıkça anlatıldığı gibi sadece bir canavara dönüşmek değildir. Şekil değiştirme öykülerinin çoğu ya sembolikti ya da insan evriminde fiziksel dünyaya bu kadar bağlı olmadığımız bir dönemi yansıtıyordu. Şekil değiştirme, anın ihtiyaçlarına uyacak şekilde kendi enerjilerinizi kontrol etme ve değiştirme meselesidir; gerekli niteliklerden ve enerjilerden yararlanabilme yeteneğidir.

Kendini disipline ederek bir hedefe ulaşabilen herkes şekil değiştiricidir. Değişime, ister hoş ister hoş olmayan olsun, uyum sağlayabiliyorsanız, şekil değiştiricisiniz. Kötü bir ruh halini hoş bir hale dönüştürebiliyorsanız, şekil değiştiricisiniz. Davranışlarınızı çok çeşitli insanlara ve yaşam koşullarına uyacak şekilde ayarlayabiliyorsanız, şekil değiştiricisiniz.

Hepimizin yüksek derecede geliştirebileceği bir tür şekil değiştirme yeteneğidir bu. Enerjilerimizi belirli bir hayvan totemine benzer olan şeylere uyarlamayı ve bunu hayatımızda faydalı bir şekilde tezahür ettirmeyi

öğrenebiliriz. Bunu yapabildiğimizde, dünyanın gerçekten de bir büyüsü olduğunu fark etmeye başlarız.

Günümüzde sihrin çoğu, farklı bir algı düzeyinde, zihnin içinde gerçekleşiyor. Bu, sihrin dış dünyamızdaki gerçekliğini veya kullanışlılığını azaltmıyor. Bunu kabul edebildiğimizde, gerçek bir sihirbaz olma yolunda ilerliyoruz demektir. Pratik yaparak hayal gücünüzü güçlendirebilir ve onu istediğiniz yönde bilinçli olarak kontrol etmeyi ve şekillendirmeyi öğrenebilirsiniz. Ve hayal gücümüzü değiştirdiğimizde, dünyayı değiştiririz. Hayal gücünü öyle bir şekilde şekillendirmeyi öğrenebiliriz ki, her açıdan şeklin kendisi oluruz.

**Şekil değiştirmeye yardımcı olan pozisyonlara örnekler.**

Bu egzersiz size bunu öğretmeye yardımcı olacak. Bu sadece bir başlangıç ve sizi usta bir şekil değiştirici yapmayacak. Hayal gücünüzü genişletmenize ve güçlendirmenize yardımcı olacak, ruh hayvanınızdan istediğiniz enerjileri ve nitelikleri anlamanıza ve tezahür ettirmenize yardımcı olacaktır.

İyi bir şekil değiştirici olmak için gözlem sanatında ustalaşmalısınız. Bir kuşun vücudunun nasıl çalıştığını bilmiyorsanız, zihninizde bile olsa bir kuşun vücuduna dönüşemezsiniz. Hayvanınızın iki veya üç temel şeklini veya duruşunu gözlemleyerek başlayın. Hayvanat bahçelerini ziyaret edin. Hayvanın davranışlarını gözlemleyin ve notlar alın. Hareketlerini ve seslerini taklit edin. Sürece kendinizi o rolün yerine koyarak başlayın. Hayvan olmanın nasıl bir şey olacağını düşünün.

Dönüşümleri gerçekleştirirken dans ve/veya hayvan kostümü gibi unsurları da dahil ederek kendinize yardımcı olmak isteyebilirsiniz. Aşağıdaki taslak, önceki dans ritüelinin bazı yönlerini içeriyor ancak bir adım daha ileri götürüyor. Etkileri artırmak için bunu gözden geçirmek isteyebilirsiniz.

1. Bu alıştırma için gizliliğe *ihtiyacınız* var. Telefon yok, hiçbir kesinti yok.

2. Önceki egzersizde belirtildiği gibi, kutsal alanınızdan dans ederek başlayın. Ardından merkeze doğru spiral şeklinde hareket etmeye başlayın.

Oturmak isteyeceğiniz bir sandalye veya minder bulundurmak isteyebilirsiniz.

3. Merkeze ulaştığınızda duraklayın. Etrafınızdaki hayvan ruhunun şekillenmemiş enerjisini hissedin ve hayal edin. Şimdi toteminizle ilişkili hareketlere ve duruşlara başlayın. Duruşunuzu alıp iç çember içinde hayvanı taklit ederek adımlar atarken, enerjisinin içinizde ve etrafınızda daha da güçlendiğini hissedin.

4. Şimdi oturun ve zihninizde hayvanınızın görüntüsünü oluşturun. Görüntünün karın boşluğunuzun üzerinde oluştuğunu ve büyüdüğünü görün. Görüntünün zihninizde, tam önünüzde, karın boşluğunuzun hizasında, sağlam bir şekilde oluştuğunu görün.

5. Bunu tamamen gözünüzün önünde canlandırabildiğinizde, güneş sinir ağı bölgesi yoluyla vücudunuza emildiğini görselleştirmeye başlayın.

O merkez aracılığıyla onun tüm özünü içinize alın.

6. Şimdi ayaklardan veya ellerden başlayın. Değişimin başladığını hissedin. Pençelerin, patilerin veya tırnakların oluştuğunu hayal edin ve hissedin. Deri olan yerlerde, kürk veya tüylerin oluştuğunu hayal edin. Değişimin yavaşça gerçekleşmesine ve vücutta yukarı doğru ilerlemesine izin verin. Vücudun en son değişen kısmı kafa olmalıdır. Bu, kontrolü sağlamanıza yardımcı olacaktır.

7. Kendinizi dönüşürken hayal ederken, aynı zamanda önünüzde bir kapının oluştuğunu, üzerinde dönüştüğünüz hayvanın resminin kazınmış olduğu bir kapının da zihninizde canlandığını hayal edin. Bu, iç dünyaya açılan bir kapıdır. İçsel seviyelerde formu korumak dışsal seviyelere göre daha kolaydır, bu yüzden kapının açıldığını ve hayvan olarak o kapıdan geçtiğinizi hayal edin.

8. Başlangıçta, hayvan olarak deneyimlemek istediğiniz her şeyi hayal edeceksiniz. Ancak zamanla, deneyim canlanacak. Çok canlı bir rüya niteliği kazanacak. Sadece kendinizi bunu yaparken gözlemlemeyeceksiniz, bunu deneyimleyeceksiniz.

9. Kapının diğer tarafında, hayvanın çevresini keşfetmek isteyebilirsiniz. Hayvan formunu kullanarak iç seviyelerden dış mekanlara seyahat edebilir, insanları, geçmişi, geleceği ziyaret edebilirsiniz. Siz hayvansınız.

10. Bir süre sonra, kapıdan geri döndüğünüzü ve kapının arkanızdan sağlamca kapandığını hayal edin. Ardından vücut, baştan başlayarak yavaşça yeniden değişmeye başlar. Kürk/tüyler tekrar deriye dönüşür. Dönüşümü acele etmeyin.

Tekrar eski haline dönün, hayvan imgesinin güneş sinir ağı yoluyla bedenden çekilmesine izin verin. Onu bir kez daha tamamen ve bütünüyle dışınızda hayal edin. Ardından, imgesinin yavaşça dağılmasına ve çemberinizin merkezinde sizi çevreleyen şekilsiz bir enerjiye dönüşmesine izin verin.

11. Gözlerinizi yavaşça açın ve ayağa kalkın. Hayvanın ruhuna saygı göstermek ve teşekkür etmek için birkaç hayvan hareketi yapın ve ardından çemberin çevresine doğru yavaşça saat yönünün tersine spiral şeklinde dönmeye başlayın. Bunu yaparken enerjinin dağıldığını görselleştirin.

12. Kutsal alanı dağıtın, kendinizi tamamen yere sağlam basmış ve dengede hayal ederek dış çemberi saat yönünün tersine dans edin. Kutsal alanı oluşturmak için yaptığınız dönüş sayısıyla aynı sayıda dönüş yapın.

Bu egzersizi veya benzerlerini yaparken bazı önemli önlemler ve hususlar vardır. Zihninizin dağıldığını veya ertesi gün veya birkaç gün içinde çok fazla değiştiğini fark ederseniz, aktiviteyi durdurun. Kişiliğinizde değişiklikler görürseniz veya çevrenizdekiler görürse, egzersizleri hemen bırakın. Bu tür egzersizler çok sık kullanılmamalıdır.

Çoğu zaman daha önce hiç meditasyon yapmamış veya enerjilerini kontrol etme üzerine çalışmamış ve bu konuda bilgi edinmeyi arzulayan kişiler vardır.

Bu sorunlara yol açabilir. Eğer kendinizi şekil değiştirme egzersizi yapmak için aceleyle eve giderken veya hayatınızın diğer önemli yönlerini ihmal ederken buluyorsanız, hemen durun. Bu dengesizliğe neden oluyor.

Yukarıdaki adımlarda esnek olun. Onları uyarlayın ve deneyin. Dans ve şekil değiştirme, her ikisi de yaratıcı süreçlerdir. Gerçekten büyülü hale gelmeleri için kendi yaratıcı hayal gücünüzü ve sezgilerinizi uygulamanız gerekir.

Göreceğiniz gibi, herhangi bir dans ritüelinin etkileri nadiren inceliklidir. Bazen dramatik fiziksel tepkiler ve boşalmalar bekleyin. Hatta totem unsurlarını yalnızca derin bilinç değişimleri konusunda bilgili birinin gözetimi altında üstlenmeyi düşünebilirsiniz. Aksi takdirde, çok yavaş ilerleyin.

Şekil değiştiren kişi dışarıdan bakanlar için fiziksel olarak değişmese bile, içsel olarak derin bir dönüşüm geçirmiş olabilir ve bunun fiziksel olarak gerçekleştiğine inanabilir. Bu durum hafife alınmamalı veya göz ardı edilmemelidir. Şekil değiştirme yoluyla ortaya çıkan enerjileri özümsemek ve dengelemek için zaman ve özen gösterilmelidir.

Yeni başlayanlar için, basit hareketler ve duruşlarla çalışmak en iyisidir. *Her zaman kapıyı kullanın* . Bu şekilde, dönüşümde geçici olarak kendinizi kaybederseniz, zihninizi geri dönüşü tetiklemek için kapıyı kullanmaya zaten alıştırmış olursunuz.

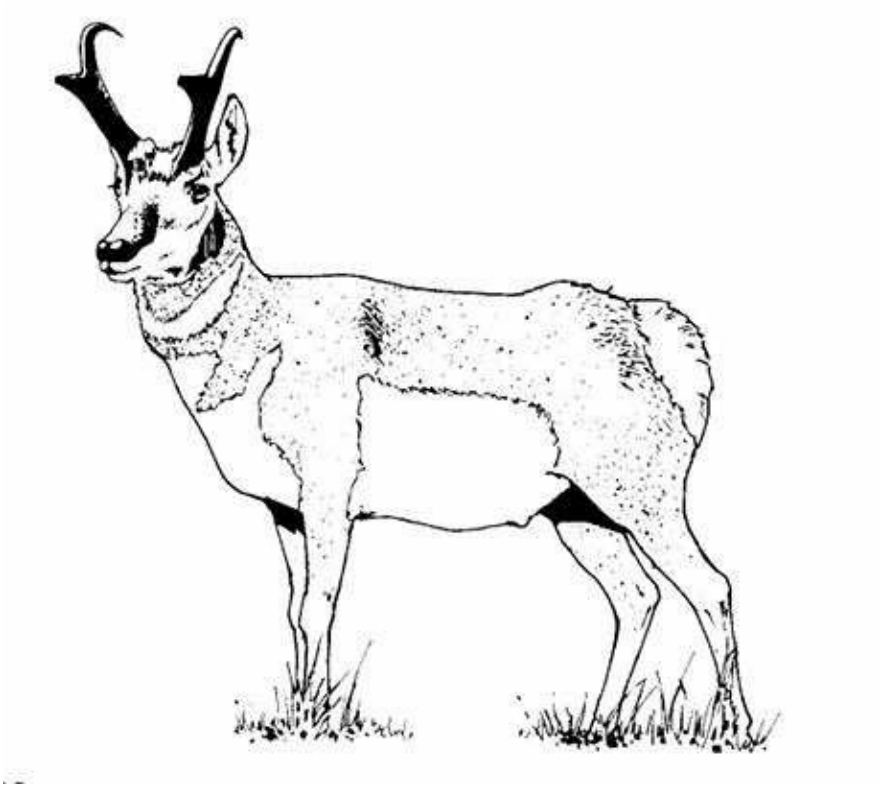
Bazıları dönüşümü kolaylaştırmak için coşkulu dansı denemek isteyebilir. Dönüşümü kontrol etme ve yönetme yeteneğinizden emin değilseniz, bunu kullanmayın. Hiçbir dansçı veya şekil değiştirici "yorgun düşene" kadar devam etmemelidir. Bu son derece sağlıksızdır ve bireyin tüm enerji sistemine çok zarar verir.

Birçok şamanik teknik, bilinç değişikliğini tetiklemek ve şekil değiştirmeyi kolaylaştırmak için davul kullanır. Başkalarıyla çalışıyorsanız, davul bireyi gerçekliğe geri çekmek için kullanılabilir. Bir davul tekniği, yavaş, kalp atışı ritmiyle başlayıp, bilinci serbest bırakmak ve geçişi kolaylaştırmak için yoğunluğu artırmayı içerir. Bunu tersine çevirip, çılgın ritimden düzenli kalp ritmine geçmek, bilinci normale geri çekecektir. Bu özellikle etkilidir çünkü birey, derin bilinç değişikliğinden normal bilince çok ani bir şekilde geçmez.

Kişinin ellerini tutarak birlikte derin nefes almak, kişinin gerçekliğe geri dönmesine yardımcı olur. Bizi dünyaya ve gerçekliğine bağlayan çakraları açmak ve aktive etmek için ayaklara masaj yapmak da faydalıdır. Oturma veya yatma pozisyonu almak, özellikle dönüşüme yardımcı olmak için kullanılan herhangi bir fetiş veya kostümün çıkarılmasıyla birlikte, bu konuda yardımcı olacaktır.

Ayrıca, başın tepesinden aşağıya doğru omurgayı okşamak da faydalıdır. Bu, çakraları stabilize eder ve bilinci şimdiki gerçekliğe geri çeker. Unutmayın ki amaç her zaman enerjilerle bağlantı kurmak ve her an bilinçli kontrol ve farkındalık geliştirmektir.

[İçindekiler]



ON ÜÇÜNCÜ BÖLÜM

HAYVAN TOTEMLERİ SÖZLÜĞÜ

Hayvan totemlerinizi incelemeye başladığınızda, onlara tamamen farklı bir bakış açısıyla yaklaşmanız önemlidir. Aslında onlara karşı bir tür empati geliştirmeye başlayacaksınız. Artık doğayı sadece objektif olarak gözlemlemeyeceksiniz. Doğanın tüm yönleriyle yeniden bütünleşeceksiniz. İçine çekileceksiniz.

Kitaplar hayvanın niteliklerini ve özelliklerini anlatabilir, ancak onunla çalışarak ve onu kendi benliğinize ve kendi hayatınıza uygulayarak ancak onunla bir ilişki geliştirebilirsiniz. Doğa ve hayvanları içeren çevresel ve sosyal etiklerle bağlantı kurmaktan kaçınamazsınız. Doğanın tüm yönlerine karşı hem tutku hem de şefkat geliştireceksiniz. Doğanın hissettiklerini hissedeceksiniz. Modern toplumun doğaya karşı beslediği duyarsızlık kaybolacak. "Empati, birbirimizle olan bağlantımızın somut bir hissidir."

Başka bir insanın hissettiklerini hissettiğimizde ve Dünya'nın, bizimkinden farklı olsa da, parçalarının da bir farkındalığa sahip canlı bir organizma olduğunu anladığımızda, bu duygusal deneyimi paylaştığımız için yardım etmek isteriz.” 44 Tıpkı kuşlarda olduğu gibi, süreci hayvanınızla ilgili temel soruları kendinize sorarak başlatın:

• Rengi nedir?

• Boyutları ne kadar?

• Şekli nedir?

• Nasıl davranıyor?

• Nereden geliyor ve size göre hangi yönde?

• En sık ne zaman görülür?

• Ne tür bir ev oluyor?

• Ne tür sesler çıkarıyor?

• En sevdiği yiyecek veya av nedir?

• Peki, bu hayvanla beslenen veya onu avlayan nedir?

• Mevsimsel değişikliklere nasıl uyum sağlıyor?

• Genellikle ne zaman çiftleşir?

• Hayatta kalmak için geliştirdiği adaptasyonlar nelerdir?

Bazıları, hayvanın en belirgin özelliğini inceleyerek başlamayı daha kolay bulabilir. Keskin pençeleri mi var yoksa büyük bir gücü mü?

Keskin dişleri mi var yoksa üstün zekası mı? Öncelikle en belirgin özelliğine odaklanın, sonra diğer yönlerine geçin. Hayvan hakkında sizi ilk etkileyen şey en önemli olan olacaktır.

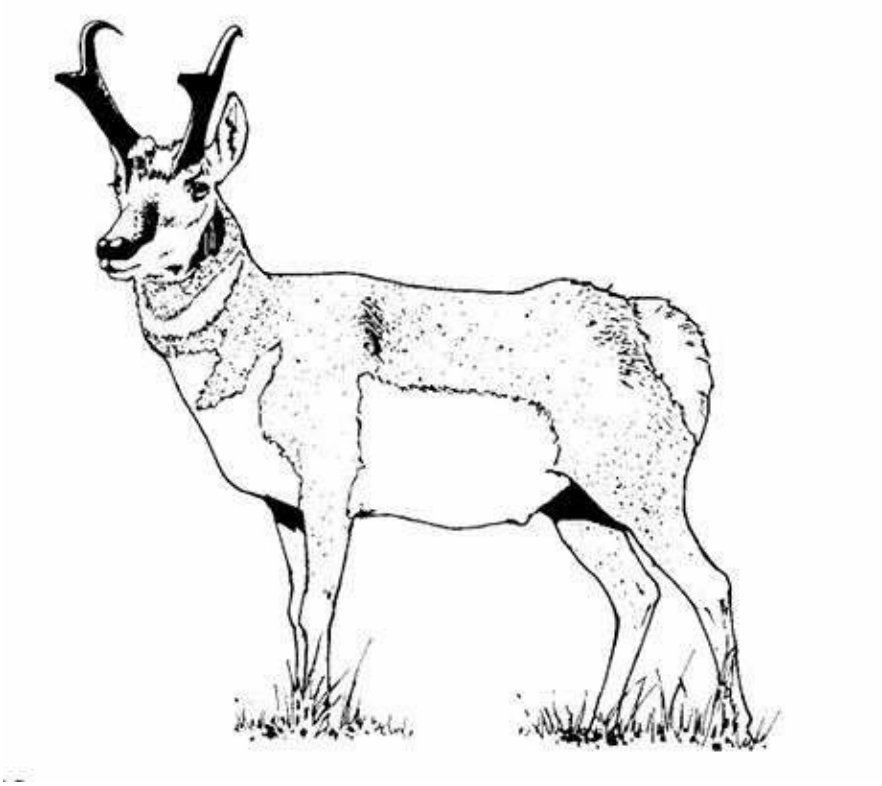
Örneğin, boynuzlar ve geyik boynuzları bir hayvanda ilk dikkat çeken şey olabilir. Uzun zamandır güç ve kudretin sembolü olmuşlardır. Boynuzlar kalıcı uzantılardır, geyik boynuzları ise her yıl dökülür ve yenileri tekrar çıkar. Her ikisi de başın üstündekiyle bir tür anten bağlantısını yansıtır. Bazı hayvanlarda güzellik kazandırır ve olgunluğu gösterir. Tek bir boynuz genellikle eril veya güneşsel yönleri sembolize etmek için kullanılırken, çift boynuzlar yaşamın dişil ve aysal enerjilerini yansıtırdı.

Aşağıdaki sözlükte tüm hayvanların yer alması mümkün değil. Öncelikle Kuzey Amerika kıtasındaki memelilere odaklanıyor, ancak diğer kıtalardan memeliler de dahil edilmiş. Tüm hayatınızı bu ülkede geçirmiş olsanız bile, başka bir ülkeden bir toteminiz olması mümkün. Bu, geçmiş yaşam bağlantılarını yansıtabilir. Ayrıca, sadece kıtamızla değil, tüm Dünya ile bağlantılı olduğumuzu yansıtmaya da yardımcı olabilir. Bugün dünya daha küçük çünkü tüm toplumların etkisi altındayız. Amerika Birleşik

Devletleri'nden bir erime potası olarak bahsediyoruz - bu, ruh totemleri için de geçerlidir.

Memeliler hakkında genel olarak da bilgi edinmek isteyebilirsiniz. Bu size bazı bilgiler sağlayabilir. Memeliler, hayvanlar arasında bize en yakın akrabalarımızdır. Memelileri diğer hayvanlardan ayıran özellikler, memelilerin hava solumaları ve canlı yavru doğurmalarıdır. Yavrular yumurtadan çıkmaz. Memeliler, süt üreten ve yavrularını emziren tek hayvanlardır. Sadece memelilerde kıl veya tüy bulunur. Ayrıca sıcakkanlıdırlar.

Dünyada yaklaşık 4300 memeli türü bulunmakta ve bunların 400'den fazlası sadece bu kıtada yaşamaktadır. 45 Memelilerin on iki takımı vardır ve boyutları minik sivri fareden büyük balinaya kadar değişmektedir. Hem vahşi doğada hem de şehirlerde bulunurlar. Her grubun kendine özgü özellikleri vardır ve bunları incelemek, bu hayvanın kendi hayatınızdaki etkisini daha iyi anlamanıza yardımcı olacaktır.



Hayvanın yaşam ortamını inceleyin. Eğer kentsel alanlarda bulunan bir hayvan ise, hayatta kalmak ve insanlara yakın yaşamak için neye ihtiyacı var? Eğer vahşi doğada bulunuyorsa, orada hayatta kalmak için neye ihtiyacı var? Her türün bir değeri olduğunu unutmayın. Bir türün manevi açıdan diğerinden daha büyülü veya güçlü olduğu söylenemez. Hepsinin hayati bir rolü vardır. Her hayvanın kendine özgü bir büyüsü vardır ve bu büyü, yaşamlarımız ve Dünya'nın yaşamı için aynı derecede önemlidir.

Bu sözlük size bir başlangıç noktası verecektir. Totemlerinizle ilgili çalışmanızı sadece bununla sınırlamayın. Bu sözlük yüzeyseldir. Hatta hayvanların ve davranışlarının mistik bir bakış açısından yorumlarının sizinkilerden farklı olduğunu bile görebilirsiniz. Bu sorun değil. Herkes hayvanlarla kendi benzersiz yoluyla ilişki kurmalıdır. Kendi ilişkilerinizi kurun. Ancak o zaman hayvanların özü ve büyüsü sizin için canlanacaktır.

**ANTİLOP (Çatal boynuzlu)**

AÇILIŞ KONUŞMASI: Zihnin Hızı ve Uyarlanabilirliği

GÜÇ DÖNGÜSÜ: İlkbahar ve Sonbahar

Pronghorn, Kuzey Amerika'ya özgü tek antilop türüdür, ancak diğer antiloplarda olduğu gibi boynuzlarını dökmediği için gerçek bir antilop değildir. Tüm boynuzlu ve boynuzlu hayvanlarda olduğu gibi, alın ve taç çakralarıyla ve zihinsel yeteneklerin tüm yönleriyle bir bağlantıyı yansıtır. Pronghorn örneğinde ise, en zorlu ortamlarda hayatta kalmasını sağlayacak zihinsel çevikliği ve hızlı zekayı yansıtır.

Antiloplar genellikle çöller, otlaklar, çalılıklar ve hatta bataklıklar gibi farklı ortamlarda yaşamaya uyum sağlamışlardır. Bazen bir inç kalınlığında olan kalın bir deriye sahiptirler ve bu da onları çevresel etkenlerden korur. Kalın, boru şeklindeki tüylerin büyük hava hücreleri vardır ve bu hücreler kış aylarında yalıtım görevi görür. Bu yalıtım faktörü, hayatta kalmalarını sağlayan unsurlardan biridir.

Antilop totemine sahip olan herkes için ya kendini izole etme ihtiyacı ya da saklandığı yerden çıkma ihtiyacı olabilir. Çatal boynuzlu antilop, izolasyonunuzla en iyi nasıl çalışacağınızı gösterebilir ve onunla ilgili yeni bir zamanlama duygusu geliştirmenize yardımcı olabilir. Çok duygusal veya empatik birinin zaman zaman antilopu totem olarak görmesi alışılmadık bir durum değildir.

Tüm antiloplar inanılmaz hızlıdır. Saatte 60 mil hıza kadar koşabilirler. Yavru geyikler bile ilk birkaç gün içinde saatte yaklaşık 25 mil hızla koşabilirler. Antilop totemine sahip olanlar her zaman son derece zeki olmuşlardır. Bu düşünceleri iletme yeteneği, pronghorn'un öğretebileceği şeylerden biridir. Pronghornlar, başkalarıyla iletişim kurma konusunda dinamik bir yeteneğe ve büyük bir merak duygusuna sahiptirler.

Totemlerinde antilop bulunan çocuklar, sürekli sorularıyla anne babalarını çıldırtan çocuklardır. Zihinleri ve hayal güçleri her zaman aktiftir.

Bir antilop, sağrısındaki beyaz lekeyi kaldırarak diğerlerine tehlike sinyali verir. Çoğu antilop, çoğunlukla görme duyusuna güvenir. Büyük gözleri ve geniş görüş açıları vardır. İnsanlardan sekiz kat daha fazla görme yetenekleri vardır, bu nedenle beyaz leke belirdiği anda, çok uzak mesafeden bile onu görürler. Uzaktan görme yeteneği, tahmin için gelişmiş bir psişik yeteneğe dönüştürülebilir. Bu, dallı boynuz setiyle daha da yansıtılır ve antilop totemine kendi yüksek psişik antenlerinizi uyandırma yeteneği kazandırır. Durugörü, öğretebileceği şeylerden biridir. Antilop totemine sahip çoğu birey doğuştan psişiktir. Her zaman farkında olmasalar da, ışıkları açık olarak dünyaya gelirler. Genellikle yaklaşan tehlikeyi hissedebilirler ve buna dikkat ettikleri sürece, etraflarındakilerin başına gelen felaketlerden her zaman kaçınarak, büyülü bir hayat sürüyor gibi görünürler.

Pronghornların da güçlü bir koku alma duyusu vardır. Tehlike belirtisi gösterdikleri anda güçlü bir misk kokusu yayarlar. Bu totem, insanların ve durumların tam olarak "doğru kokmadığını" nasıl anlayacaklarını öğretebilir. Geleneksel spiritüalizmde, clairaugustus veya berrak koku alma olarak bilinen bir medyumluk biçimi vardır. Bazı medyumlar ve psişikler, ruhların veya bireylerin etrafındaki kokuları algılar ve yorumlarlar. Bu, bu totem tarafından uyandırılmaya yardımcı olabilecek bir yetenektir. Bu toteme sahip olanların gün boyunca tanımlanamayan kaynaklardan gelen garip kokularla karşılaşmaları alışılmadık bir durum değildir. Genellikle bu uyanmaya başladığında, misk kokusuyla başlar. Misk, bu totemle bağlantı kurmayı kolaylaştırmak için meditasyon yapılabilecek bir kokudur.

Erkek antilopların genellikle haremleri olur. Dişiler genellikle ikiz doğurur ve onları farklı yerlerde dünyaya getirirler. Bu toteme sahip olanların, bahar geldiğinde enerjilerinin bölündüğünü fark etmeleri alışılmadık bir durum

değildir. Genellikle iki faaliyet alanı açılır. Bunlar, aralarında bağlantılar olsa veya aynı kaynaktan aynı anda açılmış olsalar bile, her biri farklı ve kendine özgü olacaktır. Antilop ortaya çıktığında hayatınızda ortaya çıkmak üzere olan yeni fırsatları aramak her zaman iyi bir fikirdir.

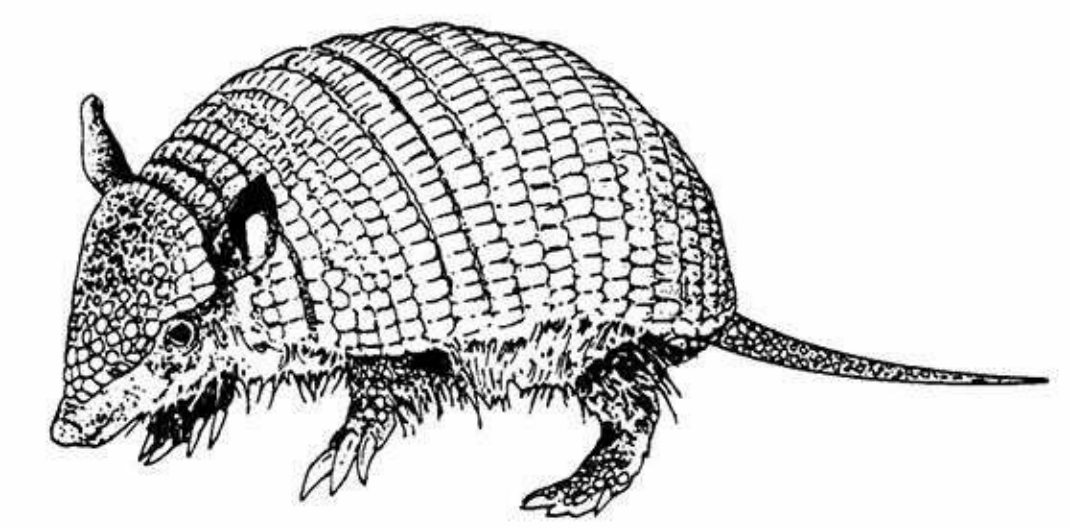
Yavruların korunması için anne, emzirme dışında doğumdan sonra onlardan uzak durur. Yavrular neredeyse hiç koku olmadan doğarlar, bu nedenle anne kendi yuvasından ayrılmadığı sürece daha güvende olurlar. Bu birkaç şeyi ima eder. Birincisi, açılmak üzere olan fırsatlar çok fazla ilgi gerektirmeyecektir. İkincisi, yeni fırsatların sadece biraz bakımla hızla büyüyebileceğini gösterir.

Çatal boynuzlu antilop çalılar ve adaçayıyla beslenir. Aylarca, hatta ömür boyu su içmeden yaşayabilir. Yediği bitkilerden su alabilme yeteneğine sahiptir. Bu, çatal boynuzlu antilopun size yaşadığınız her ortamda kendinizi nasıl yenileyebileceğinizi öğretebileceğini yansıtır. Normalde yaşanabilir olarak kabul edilmeyen alanlarda yaşam bulmak için uyum sağlama yeteneğinizi nasıl kullanacağınızı öğretebilir. En kurak yaşam deneyimlerinden yaşam özünü çıkarmanıza ve bunlara karşı yeni bir zihinsel bakış açısı ve tutum geliştirmenize yardımcı olabilir, böylece hayatınızın yeni alanlarına hızla geçebilirsiniz.

**ARMADİLLO**

AÇILIŞ KONUŞMASI: Kişisel Koruma, Ayrımcılık ve Empati

ENERJİ DÖNGÜSÜ: Yıl boyu



Armadilo, İspanyolca'da "küçük zırhlı olan" anlamına gelir. Sırtında taşıdığı kalkanı zırhı olan, toprağa gömülen bir hayvandır. Zırhı, boynuzlarla kaplı, üst üste binen kemikli plakalardan oluşur. Alt kısımları sıradan deridir ve en savunmasız bölgesidir. Armadilo ve onu totem olarak benimseyenler, alt kısımlarını veya iç organlarını açığa çıkardıklarında en savunmasız haldedirler. Armadilo, kendinizi nasıl koruyacağınızı ve savunmanızı ne zaman bırakmanız gerektiğini öğretir.

Zırhlı hayvan aslında tembel hayvan ailesinin bir üyesidir. Köpek dişleri veya kesici dişleri yoktur, ancak sürekli büyüyen 80 veya daha fazla azı dişi vardır. Gerçekte çok odalı yuvalar olan tünellerde yaşar. Bu yuvalar yerin beş metre kadar altında olabilir. Pençeleri kazmada mükemmeldir ve bu da yüzeyin altında ne olduğunu görebilme yeteneğini yansıtır. Zırhlı hayvan, ayırt etme yeteneğini öğretir.

Zırhlı tüm hayvanların, Orta Çağ efsanelerindeki Avrupalı şövalyelerle bağlantısı vardır. Armadilo, özellikle 16. yüzyıl İspanyol fatihleriyle, muhtemelen Meksika ve Peru'yu fethetmeleriyle tanınanlarla, geçmişe bir bağlantı olabilir. Şövalyelik, güç ve koruma, Avrupalı şövalyeler tarafından geliştirilmesi gereken ideal niteliklerdi. Bu durum, armadilonun en iyi saldırısının güçlü bir savunma olması gerçeğinde yansıtılmaktadır.

Eski zırhlar genellikle ağırdı ve korumaya rağmen hareket etmeyi zorlaştırıyordu. Zırhlı hayvan, korumayı yanınızda nasıl taşıyacağınızı ve yalnızca gerektiğinde nasıl kullanacağınızı öğretir. Başkalarına gereksiz zarar vermeden koruma yetenekleri vardır. Zırhlı hayvan, şövalyelerle olan geçmiş yaşam bağlantılarını veya şövalyelerin sahip olduğu aynı nitelikleri ve özellikleri geliştirme ihtiyacını yansıtabilir.

Zırhlı hayvan, onu totem olarak benimseyenleri diğer hayvanlarla -hatta onu avlayan hayvanlarla bile- birbirine bağlar ve bu hayvanlar da incelenmelidir.

Zırhlı hayvanlar genellikle büyük kediler ve çakallar tarafından avlanır. Sıklıkla onları ters çevirerek alt kısımlarını açığa çıkarırlar. Zırhlı hayvanlar ayrıca soğuk dönemlerde bazen güneşlenirler. Bu zamanlarda genellikle sırt üstü yatıp alt kısımları açıkta kalacak şekilde uykuya dalarlar.

Bu nedenle daha savunmasızdırlar. Sağlık açısından bakıldığında, armadilo bu toteme sahip olanlara soğuk havalarda giyim ve örtünme konusunda ekstra dikkatli olmaları gerektiğini, aksi takdirde hastalıklara yakalanma olasılıklarının daha yüksek olacağını öğretir. Yine belirli iklimlere maruz kalmaya karşı korunma sorunu da söz konusudur.

Benekli kokarca ve yuva yapan baykuş, zırhlı hayvandan fayda görür. Her ikisi de terk edilmiş zırhlı hayvan yuvalarında kendilerine yer edinirler. Zırhlı hayvan totemine sahip bir bireyin, kokarca ve baykuş totemine sahip arkadaşları olması alışılmadık bir durum değildir. Aralarında olumlu bir ilişki vardır. Aztekler zırhlı hayvana "tavşan kaplumbağa" adını vermişlerdir. Her ikisinin de özellikleri, özellikle görünüşü bakımından, zırhlı hayvanda bir şekilde somutlaşmıştır. Zırhlı hayvanın totem olarak seçilmesi, eski Azteklerle geçmiş yaşam bağlantısını da yansıtabilir.

Zırhlı hayvanların temel besini omurgasız böceklerdir. Bir yaz mevsiminde 200 kiloya kadar böcek tüketebilirler. Karıncalar ve solucanlar da

beslenmelerinin büyük bir bölümünü oluşturur ve bunların özelliklerinin de incelenmesi gerekir.

Tehdit edildiğinde, armadilo kendini bir top haline getirerek tüm savunmasız bölgelerini kapatır. Eğer bir armadilo hayatınıza girdiyse, kendinize bazı sorular sormanız gerekir. Kendinizi gerektiği gibi korumuyor musunuz? Çevrenizdeki diğer kişilerin korunmaya ihtiyacı var mı?

Fazla hassas davranıp olmayan saldırılardan kendinizi mi koruyorsunuz? Saldırıları hayal mi ediyorsunuz yoksa başkalarının enerjilerine karşı aşırı mı duyarlısınız?

Zırhlı hayvanın son derece güçlü bir koku alma duyusu vardır. Böcekleri yerin 15 santimetre altından bile koklayabilir. Bu güçlü koku alma duyusu, daha yüksek düzeyde ayrımcılık ve psikolojik uyarılarla bağlantılıdır. Zırhlı hayvanı totem olarak benimseyen herkesin aromaterapiyle ve kendi koku alma duyusunu geliştirmekle ilgilenmesi faydalı olacaktır. Bazı şeylerin kokusu size doğru gelmiyor mu? İnsanlar veya durumlar size şüpheli mi geliyor?

Kokuya güvenmeyi öğrenmek, armadilonun öğretebileceği şeylerden biridir.

Koku alma duyusu da cinsel enerjilerle bağlantılıdır. Cinsel dürtüyü güçlü bir şekilde uyarır. Armadilolar sadece çiftleşmek için eşleşirler ve sonra yollarına devam ederler. Gebelik süresi, insanlarda olduğu gibi, genellikle sekiz ila dokuz aydır. Ancak insanlardan farklı olarak, stres altında kalırlarsa, armadilolar doğumlarını iki buçuk yıla kadar geciktirebilirler.

Bu, armadilo toteminin enerjisi hakkında çok şey yansıtıyor. Genellikle önümüzdeki 8-9 ay içinde yeni bir doğuş fırsatının geleceğine işaret eder. Ancak, savunmasız kalabileceğimiz korkusuyla kendimizi bu fırsattan saklamamamız önemlidir. Öte yandan, eğer çok endişeli ve stresliysek, bu fırsatı değerlendirmek için harekete geçemeyiz ve bu durum fırsatın

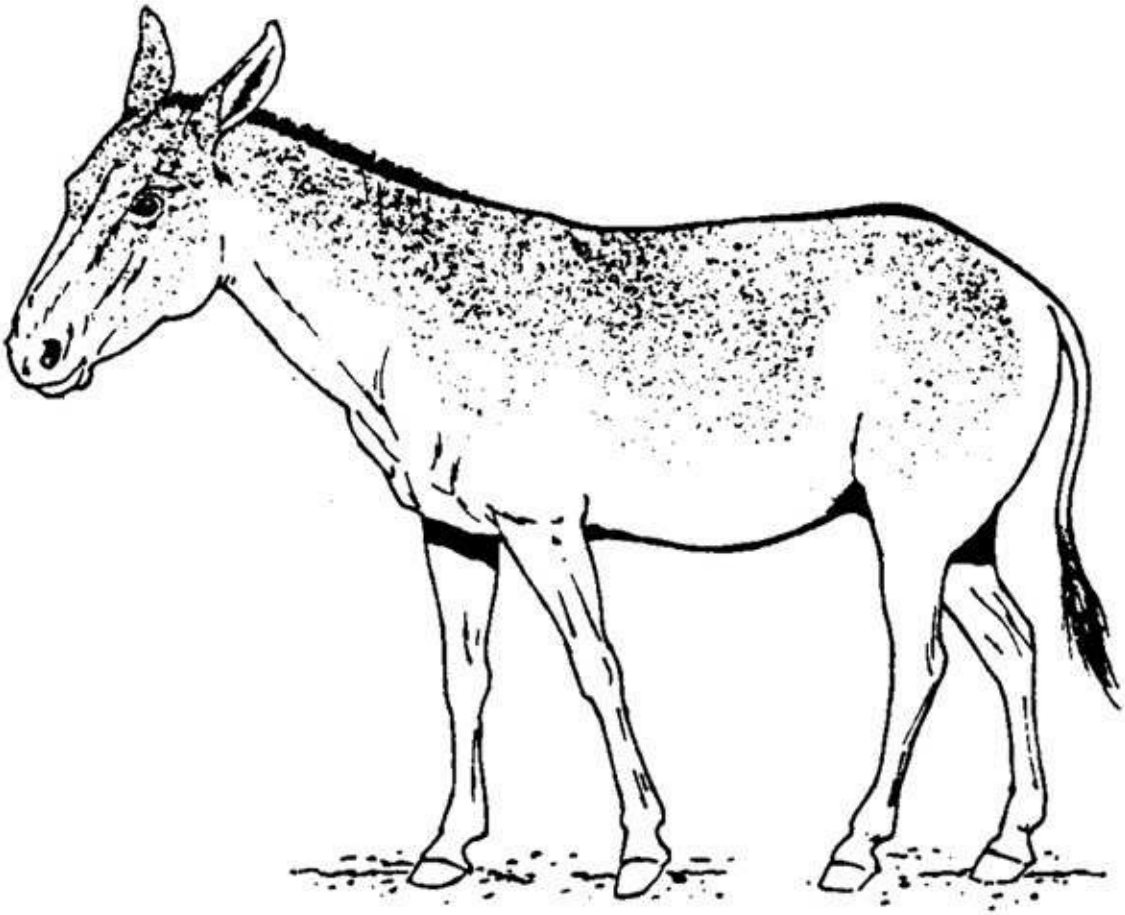
gerçekleşmesini iki yıla veya daha fazla geciktirebilir. Armadilo, yaratmak istediğiniz şeyin en güvenli zamanda gerçekleşmesi için ritimlerinizi nasıl ayarlayacağınızı size gösterebilir.

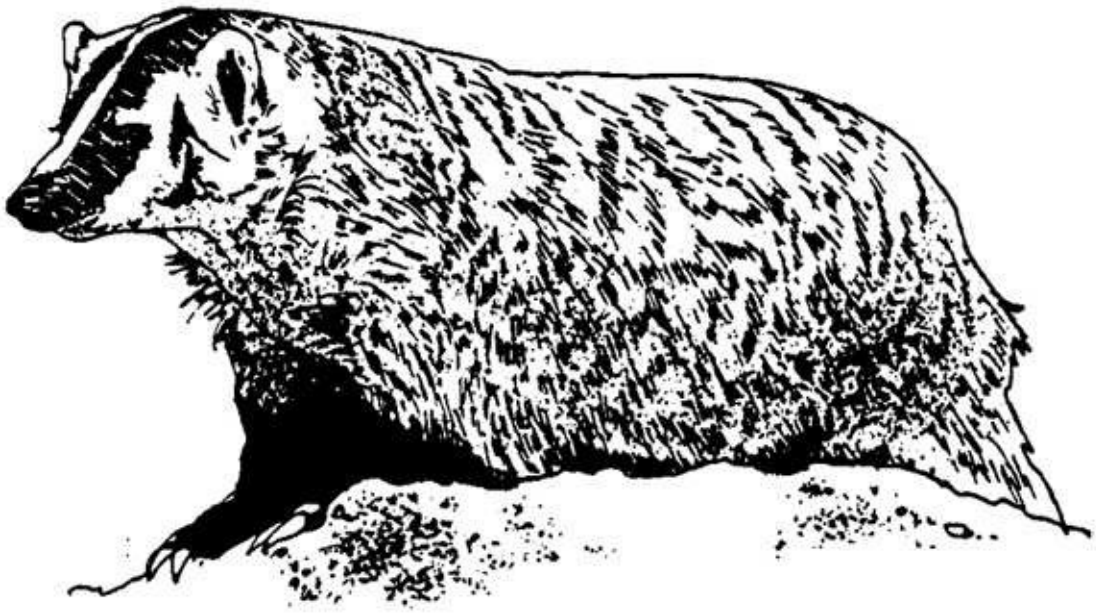
Zırhlı hayvan gerektiğinde hızlı hareket edebilir. Ayrıca iyi bir yüzücüdür. Hava yutarak bağırsaklarını şişirir ve yüzebilecek hale gelir. Bazen de nefesini tutarak akarsuların ve diğer doğal su kaynaklarının dibinde yürür. Altı dakikaya kadar nefesini tutabilir.

Bu ve kazma yetenekleri, armadilonun size bir boyuttan diğerine nasıl geçeceğinizi öğretme yeteneğini yansıtır. Size tüm elementler arasında nasıl hareket edeceğinizi öğretebilir. Bu, bireyin bilinçli olarak yeni boyutlara geçebildiği ve bu sırada korunabildiği belirli medyumluk biçimleriyle ilişkilendirilebilir. Yaşam ve ölümün izlerini keşfetme ve ölülerin ruhlarıyla çalışma yeteneğine işaret eder.

Bu totem, bireylerin bunu yapmaktan çekinseler bile, genellikle açığa vurmadıkları duygusal yönleri keşfetme yeteneğine de işaret eder. Eğer uygun konumdalarsa, kendilerinin birçok duygusal ve dünyevi yönünü keşfedebilirler. Genellikle kendilerinin bu daha hassas yönlerini korumaya ve gizlemeye çalışırlar. Bu toteme sahip olanlar için bu daha ince yönleri ne zaman açığa çıkaracaklarını ve ne zaman gizleyeceklerini öğrenmek önemlidir. Armadilo'nun öğrettiği şeylerden biri de budur.

Genellikle son derece empatik bireylerin totem hayvanı olarak bir armadilo (Hint zırhlısı) bulunur. Empatik bir bireyin bedeni, deneyimlediği her şey için bir barometre görevi görür. Ağrısı veya sızısı olan birinin yanında bulunan empatik kişiler, bunu kendi bedenlerinde, sanki kendi ağrıları veya sızılarıymış gibi hissederler. Bu, sorunun gerçek bir tezahürüne yol açabilir. Empatik bireyler dış etkenlere karşı çok hassastırlar.





Fiziksel, duygusal, zihinsel ve ruhsal etkiler söz konusudur. Bu artan hassasiyetin kontrol altına alınması ve dengelenmesi gerekir. Armadilo size bunu nasıl yapacağınızı öğretebilir veya bu durumda olan başkalarına nasıl yardımcı olacağınızı gösterebilir.

**ASS**

AÇILIŞ KONUŞMASI: Bilgelik ve Alçakgönüllülük

ENERJİ DÖNGÜSÜ: Yıl boyu

Çoğu insan eşeği olumsuz özelliklerle ilişkilendirse de, bu ilişki her zaman böyle olmamıştır. Birçok hayvan gibi, eşek de çağlar boyunca karmaşık bir öneme sahip olmuştur. Astrolojide Satürn gezegeniyle ilişkilendirilmiştir, muhtemelen Satürn'ün katı bir öğretmen olmasından dolayı. Derslerimizi öğrenmemizi sağlar. Bu nedenle eşeğin inatçılıkla ilişkilendirilmesinin izleri vardır.

Kaldea'da ölüm tanrıçası bir eşeğin üzerinde tasvir edilirdi. Bu nedenle eşek, ölümün ve elbette ölümden sonraki yaşamın da sembolüydü. Bu imge, İsa'nın eşek başıyla tasvir edildiği sahte bir çarmıhta Palatin'de bulunmuştur. Ayrıca ortaçağ amblemlerinde ve sanatında sabır ve alçakgönüllülüğün sembolü olarak da yer almıştır.

Hristiyan gnostisizminde, bu kavram Kudüs'e muzaffer girişle ilişkili gizemlerle, yani Yeni Ahit'te bugün Palmiye Pazarı olarak ilişkilendirdiğimiz noktayla bağlantılıdır. Kutsal metinde İsa, palmiye yapraklarının kutlama amacıyla sallandığı sırada beyaz bir eşeğe binerken tasvir edilir.

Bu tür bir tören alayı, hayatını dönüştürmede zafer kazanan adayın yolunu sembolize eder. Daha yüksek, içsel potansiyellerini ifade edenlere gelen dışsal tanınmayı temsil eder. Beyaz eşek uyanmış ruhsal bilgeliği, avuç içleri ise huzurda zafer kazanmayı simgeler.

Eğer eşek sizin için bir totem ise, kendinize bazı temel sorular sormanız gerekir. Kendi bilgeliğinizi mi ifade ediyorsunuz yoksa başkalarının bilgeliğini mi takip ediyorsunuz? Başardıklarınız için uygun tevazuyu gösteriyor musunuz? Çevrenizdekiler de öyle yapıyor mu?

Hayat yolunuzda bugüne kadar başardıklarınızı fark ediyor ve takdir ediyor musunuz? Çevrenizdekiler kendi başarılarını gerektiği gibi fark etmiyor veya takdir etmiyor mu?

Eşek, uyanan bilgeliğin ve daha büyük işler için yeni fırsatların yaklaşmasının vaadidir. İnatçı olmayın ve akışa karşı çıkmayın. Sadece şu ana kadar yaptıklarınıza tutunmayın. Unutmayın ki önemli olan hedef değil, hedefe giden yoldur. Memnuniyet ve rehavete kapılmayın, çünkü eşek daha yüksek bir bilgelik ve daha büyük fırsatlar vaat eder.

**PORSUK**

AÇILIŞ KONUŞMASI: Cesur Öz İfade ve Hikayelerin Güvenilir Koruyucusu

GÜÇ DÖNGÜSÜ: Geç Bahar

Porsuk, gelincik ailesinin devidir. Bu toteme sahip olanlar gelinciği de incelemelidir. Porsuk gri, siyah ve bej renklidir ve burnundan başının arkasına kadar uzanan beyaz bir çizgisi vardır.

Bu durum, onun ne kadar açık olduğunu, diğer hayvanlar ve Dünya hakkında çok fazla ışık ve bilgi barındırdığını sembolize etmektedir.

Porsuk şişman görünse de kaslı ve güçlüdür. Dış derisi gevşektir, bu nedenle diğer hayvanların ısırıklarından zarar görmesi zordur. Kendi çeneleri son derece güçlüdür. Çeneler, güçlü ifadenin sembolüdür. Bu da porsuğu "sözün" gizemleriyle, özellikle de hikaye anlatımının büyüsüyle ilişkilendirir.

“Sizden sadece şu tek şeyi hatırlamanızı rica ediyorum,” dedi Porsuk. “İnsanların anlattığı hikayelerin, onlara iyi bakmanın bir yolu vardır. Eğer size hikayeler geliyorsa, onlara iyi bakın. Ve ihtiyaç duyulan yerlere vermeyi öğrenin. Bazen bir insanın hayatta kalmak için yiyecekten daha çok bir hikayeye ihtiyacı vardır. Bu yüzden bu hikayeleri birbirimizin hafızasına yerleştiriyoruz. İnsanlar kendilerine böyle iyi bakıyorlar.” 46

Porsuk olağanüstü bir kazıcıdır. Hızlı ve çeviktir, yüzeylerin altını kolayca kazabilir. Bir sincap veya köstebekten daha hızlı kazabilir, toprağın içinde hızla hareket eder. Bu, onları efsanelerdeki tüm toprak ruhları ve cücelerle ilişkilendirir. Ayrıca, her şeyin ve insanların yüzeyinin altını görebilme yeteneğine de işaret eder. "Topraklar" olarak adlandırılan yeraltı tünellerinden oluşan bir komplekste yaşar. Birkaç yaşam odasının yanı sıra tuvalet ve depolama odaları da vardır. Bu topraklar, dış dünyanın altındaki hikayelere, iç mekanlara ve evlere işaret eder.

Porsuk hem gündüz hem de gece aktiftir. Etçil bir hayvandır ve öncelikle tavşan, sincap, fare, kemirgen ve diğer yer altı sakinleri gibi kemirgenlerle beslenir. Birçok ekin yiyen kemirgeni de yer. Sıklıkla hayvanları veya parçalarını yuvalarında saklar.

Bu nedenle, diğer hayvanların hikayelerinin koruyucusu olarak düşünülebilir.

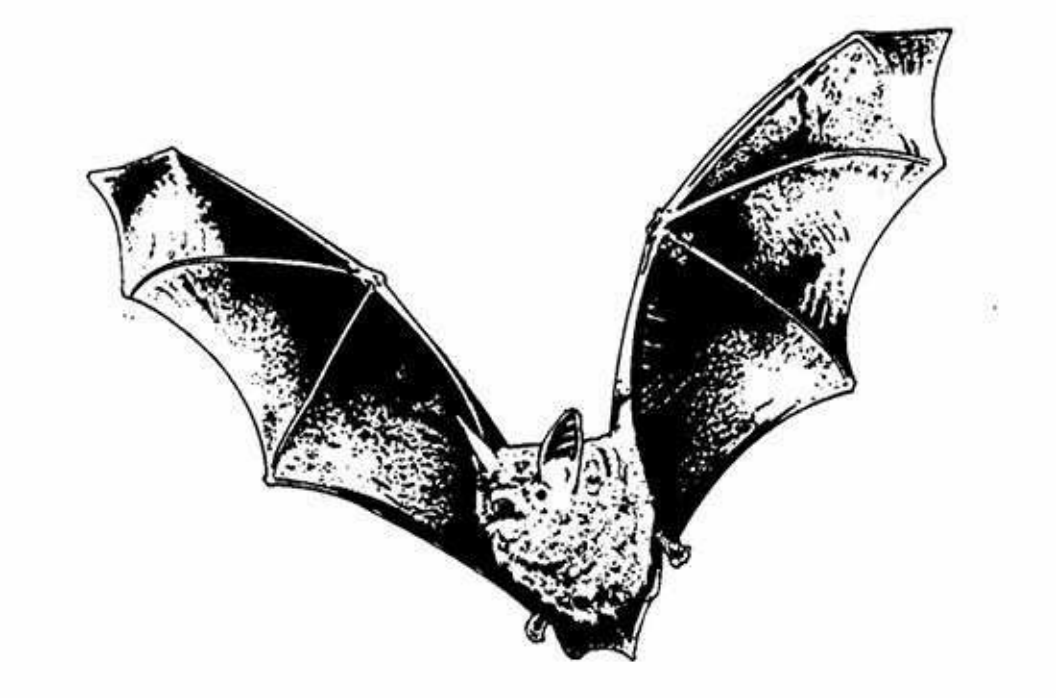
Temelde asosyal bir hayvandır. Kendi türü de dahil olmak üzere diğerleriyle iyi "ilişki kuramaz". Bu belki de hikayelerin onun sembolik iletişim aracı olmasının nedenidir. Porsuk şifacılığına sahip olanlar için hikayeler aracılığıyla iletişim kurmak, doğrudan iletişim kurmaktan genellikle daha kolaydır.

Genellikle iki veya üç tane olan genç porsuklar, Haziran ayının başlarında doğarlar. Aile her zaman sonbaharda ayrılır ve yavrular ile baba kendi

evlerini bulmak için taşınırlar. Bazen baba yavruların yetiştirilmesine yardımcı olur, ancak genel olarak porsuklar yalnız ve münzevidirler. Kendi içlerinde rahattırlar ve çok bağımsızdırlar. Bunu öğretebilirler veya bu toteme sahip olanların bunu başkalarına öğretmesine yardımcı olabilirler.

Dachshund (porsuk köpeği), özellikle porsukları avlamak, yuvalarını kazarak çıkarmak ve onları kovmak için yetiştirilmiştir.

Dachshund sahiplerinin muhtemelen ellerinde porsuk ilacı vardır veya porsuğa kolayca ulaşabilirler.



Çok güçlü bir kazıcı olduğu için porsuk, yer altındaki şeyleri bilir. Bunlar arasında mineraller, kökler ve diğer bitkiler ve otlar bulunur. Bu da porsuğu dinamik bir şifacı yapar. Bazen porsuk şifacısı aşırı agresif olabilir, ancak tekniği genellikle etkilidir. Porsuk, köklerin ve onların mistik ve şifalı güçlerinin uzun zamandır unutulmuş bilgisini öğretebilir.

Porsuk cesur ve vahşidir ve asla teslim olmaz. Eğer hayatınıza bir porsuk girdiyse, biraz inceleme yapmalısınız. Siz veya çevrenizdekiler yeterince

derine inmiyor musunuz? Bu, yüzeyin altına inme ihtiyacını gösterebilir. Toprakla ve hayvan ruhlarıyla daha büyük bir bağlantı kurma zamanını yansıtabilir. Çocukluğunuzda sizi büyüleyen ve sıkıca tutan hikayelerden yararlanmanızı söylüyor olabilir. Bunlar, mevcut hayatınızda olup biten veya olmak üzere olan şeylerin sembolü olabilir. Porsuk ne zaman ortaya çıkarsa, kendini ifade etme ve özgüven geliştirme fırsatları olacaktır. Kendiniz ve hayatınız hakkında yeni bir hikaye anlatmaya başlama zamanını işaret eder.

**YARASA**

AÇILIŞ KONUŞMASI: Geçiş ve Başlangıç

GÜÇ DÖNGÜSÜ: Gece vakti

Yarasa, en yanlış anlaşılan memelilerden biridir. Filmlerde ve televizyonda modern tasvirler ona uğursuz bir ün kazandırmıştır, ancak doğada ve totem geleneklerinde önemli bir rol oynar. Daha modern inanışlar, ejderha benzeri kanatlarıyla yarasayı şeytanla ilişkilendirse de, daha eski zamanlarda güçlü bir semboldü.

Babil'de yarasalar ölülerin ruhlarını temsil ediyordu. Çin'de ise mutluluk ve uzun ömrün sembolüydüler.

Antik Mayalılar için bunlar, başlangıç ve yeniden doğuşun sembolleriydi. Ortaçağ halkları için ise minyatür ejderhalardı.

Erken dönem Mezoamerikan geleneklerinden, yarasaların önemli bir rol oynadığı bir inisiyasyon sürecini anlatan kutsal bir kitap ortaya çıktı. Bu kitaba Papalık Vuh adı verildi. 17. yüzyılda Peder Ximinez tarafından keşfedildi. Papalık Vuh'un ikinci kitabı, iki kardeşin geçmesi gereken yedi testi anlatır. Yedinci test onları yarasaların evine götürdü. Dev yarasalar labirentin içinden uçuyordu ve burası yarasaların tanrısı Camazotz tarafından gözetleniyordu. Bu varlığın insan vücudu, yarasa başı ve

kanatları vardı ve dikkatsiz gezginlerin kafasını keseceği büyük bir kılıç taşıyordu. 47

Bu güçlü sembolik öykü ve imgeler, kısmen insan, kısmen yarasa (hayvan) olma sürecini yansıtır. Değişimlere karşı dikkatli olunmazsa kişinin yeteneklerini kaybedebileceğini ima eder. Aynı zamanda yeniden doğuşun ve karanlıktan çıkmanın vaadini de taşır.

Yazarlar Jamie Sams ve David Carson, yarasanın geleneksel şamanın ölümünü, yani yoğun sınavlardan geçerek eski benliğin parçalanmasını yansıttığını belirtiyorlar. 48 Bu, en büyük korkularınızla yüzleşmektir; hayatınızın artık size uygun olmayan bir yönüne veda etme zamanının geldiğidir.

Çoğu insan geçişlerden korkar ve "bildiğin şeytan, bilmediğinden iyidir" mantığıyla hareket eder. Eğer hayatınıza bir yarasa girdiyse, korkularınızla yüzleşmenin ve değişime hazırlanmanın zamanı gelmiştir. Eskiye veda edip yeniyi yaratmaya davet ediliyorsunuz.

Birçok insan için değişim her zaman üzücüdür. Hayatınıza bir kriz girdiğinde, hayatınızın bazı bölümlerinin kötüden daha kötüye gittiğini görebilirsiniz. Daha önce işe yarayan şeyler artık yaramayabilir. Ancak bu olumsuz bir şey değil! Ve bu durum, ancak eski yaşam tarzına duygusal olarak ne kadar bağlı olduğumuz veya geleceğin sonsuz olasılıkları yerine geçmişe ne kadar odaklandığımız ölçüsünde üzücü olacaktır.

Değişimler ve dönüşümler birer nimettir. Bunlar dışarıdan değil, içeriden tetiklenir; ve dünya bizim aynamızdır. Biz, hatta bilincimiz içinde bile değişirken, dünyada yansıyan her şey de değişmeye başlar. Değişimin nimetini anlamak ve tadını çıkarmak için, hayatınızın sorumluluğunu üstlenerek veya yenileyerek başlayın. Bu, tüm korkuları alt edecek olan içsel güce açılmak anlamına gelir.

Anlık ve sınırlı koşulların ötesine bakın. Ölüm olmadan yeniden doğuş da olamaz. Her şey ilahi olanı yansıtır. Unutmayın ki korku ve ölüm, miras yoluyla size ait olan ilahi enerjileri engelleme veya onlara karşı gelme seçimidir.

Yeniden doğuş ve yaşam, içimizdeki akışa uymayı seçmekle bulunur. Seçim her zaman bizimdir. Unutmayın ki, kendi içsel yönlendirmelerinize her güvendiğinizde, zihninizin karanlık köşelerindeki korkuları kovarsınız. Bugün yapmayı seçtiğiniz şey, yıllar sonra sonuçlar doğuracaktır. Bu sonuçların olumlu mu yoksa olumsuz mu olmasını istiyorsunuz?

Küçük boyutuna rağmen, yarasa güçlü bir semboldür. Şifası güçlüdür ve hatta travmatik olabilir. Gececi bir hayvandır ve gece genellikle korkuların yuvası olarak kabul edilmiştir. Evlerde yakılan ateşler ve ışıklar, korkularla yüzleşmek ve onları dönüştürmek yerine, geceyi ve korkuları kovmak için kullanılır. Kaçınılmaz olan bir şeyle yüzleşmekten kaçınıyor musunuz?

Bazen yarasalar korkularımızla yüzleşmenin sembolüdür. Çok keskin, iğne gibi dişleri vardır. Ayrıca kuduz taşıyıcısı da olabilirler.

Kuduz, bir virüsün neden olduğu bulaşıcı bir kan hastalığıdır. Genellikle delilikle ilişkilendirilmiştir. Yayılmasına izin verilen, engellenmeyen korkular, sonunda sistemimize nüfuz eder ve yaşamlarımızda bir tür deliliğe yol açabilir. Yarasalar, korkularımızla yüzleşme ihtiyacını yansıtabilir. Kuluçkaya yatan korkulardan kaynaklanan hayaller, çoğu zaman korkularla yüzleşmekten çok daha kötüdür.

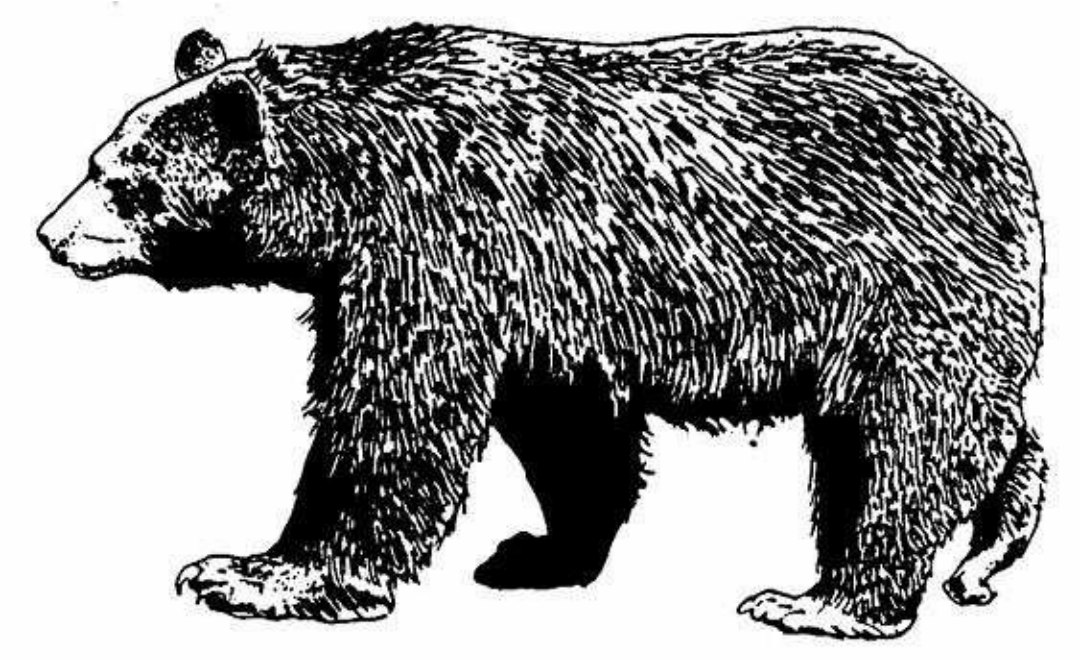
Şu anda en çok neyden korkuyorsunuz?

Doğalcı bir bakış açısıyla, yarasalar kötü niyetli değildir. Doğada çok değerli bir rol oynarlar. Böceklerle beslenirler ve birçok bitkinin tozlaşmasında hayati öneme sahiptirler. Atık ürünleri olan guano da değerli bir gübre olarak kullanılır. Bu, korkularımızla yüzleşmenin her yönünün, ne kadar

karmaşık görünürse görünsün, bizim için değerli olacağına işaret eder. Güçlenme vaadini taşır.

Yarasa aynı zamanda uçabilen tek memelidir. Son derece uzun parmak kemikleri, sert, derimsi bir deriden yapılmış kanatlarını destekler. Uçuşu çırpınan ve sarsıntılı görünse de, yine de uçmaktır. Her uçuş, yukarıya doğru yükselmeyi ima eder. Bu kitabın ikinci bölümünde açıklanan uçuşun genel sembolizmini incelemek isteyebilirsiniz.

İnsanlar da memeli oldukları için, yarasa bizim için daha da önemli bir semboldür. Değişimin bazen kaotik enerjileri arasında bir umut sembolü haline gelir. Geçişlerle birlikte yeni zirvelere ulaşma yeteneğini yansıtır. Evet, kendi uçuşlarımız titrek ve sarsıntılı görünebilir, ama uçabileceğiz.



Bu değişiklikler sayesinde sadece uçmakla kalmayacağız, aynı zamanda dünyayı tamamen yeni bir bakış açısıyla görebileceğiz. Yarasalar başları aşağıda uyur. Bu duruş bana her zaman tarot destesindeki Asılmış Adam kartını hatırlatmıştır. Bu kart, yeni engellerin aşılmasını ve daha yüksek bir bilgeliğe açılmayı yansıtır. Uyanan yeni bir gerçeği sembolize eder. Ayrıca,

yeni bir bilinçle karşılaştığınızda sizi kuşatabilecek zorluklarla başa çıkmak için büyük bir güç ve dayanıklılık anlamına gelir. Mesajı, yeni ufukların ve beklenmedik manzaraların ortaya çıkma vaadini içerir. Bu kart üzerine meditasyon yapmak, totem olarak yarasaya sahip olanlar için en faydalı olacaktır.

Yarasa aslında sosyal bir hayvandır. Sürüler halinde yaşar ve bu nedenle görünümü genellikle daha fazla sosyalleşme ihtiyacını veya daha fazla insanla daha fazla fırsat bulma arzusunu yansıtır.

Yarasanın, işitsel algısını büyük ölçüde artıran bir maddeye sahip olduğu söyleniyor. "Yarasa kadar kör" fikri yanlıştır. Yarasalar kör değildir ve gözleri büyük ve gelişmiştir. Aydınlık ortamlarda görme duyusuyla kolayca yönlerini bulabilirler.

Öte yandan, karanlıkta manevra yapmada uzmandırlar. Burunlarında mükemmel navigasyon sağlayan bir tür sonar bulunur. Yankı konumlandırma yetenekleri, sürü içinde bile inanılmaz uçuş becerileri sergilemelerini sağlar. Nadiren, hatta neredeyse hiç çarpışmazlar.

Bu sonar ve yankı konumlandırma yeteneği, metafiziksel olarak durugörü veya net işitme yeteneğiyle ilişkilendirilebilir. Ruhları duyma yeteneğini uyandırır.

Totem hayvanı olarak yarasa benimseyenler, başkalarının sözlerindeki gizli mesajları ve ima edilen anlamları ayırt etme yeteneklerinin de giderek arttığını göreceklerdir. Söylenmeyenlere de kulak verin. İçgüdülerinize güvenin. Burun, ayırt etme organıdır ve burnunda bulunan sonar sistemiyle yarasa, başkalarının sözlerindeki gerçeği ayırt etme ve anlama yeteneğini yansıtır.

Yarasa güçlü bir şifa kaynağıdır. Zorlayıcı olabilir, ancak her zaman bir başlangıcı, değişimlerden sonra umut ve güç getiren yeni bir başlangıcı simgeler.

**AYI**

AÇILIŞ KONUŞMASI: Bilinçaltının Gücünü Uyandırmak

GÜÇ DÖNGÜSÜ: İlkbahar ve Yaz

Ayı, hem mitlerde hem de halk hikayelerinde güçlü bir sembol ve imgedir. Bireylerin ayıya dönüştüğü, ayıların insana dönüştüğü ve ayıların tanrı olarak kabul edildiği birçok hikaye vardır. Hayal gücünü o kadar çok harekete geçirmiştir ki, bir takımyıldıza bile onun adı verilmiştir: Büyük Ayı (Ursus Major). Bu takımyıldızın yedi yıldızı, kuzey yarımkürede muhtemelen en kolay tanınan yıldızlardır. Bu yedi yıldız Büyük Ayı takımyıldızını oluşturur ve Tanrı'nın yedi büyük ışınıyla bağlantılıdır.

Ayı, ay sembolizmiyle de bağlantılıdır ve bilinçaltına, hatta bilinçdışına kadar uzanır. Ay tanrıçası Diana ile ilişkilendirilen bir hayvandı. Aynı zamanda simyanın, yani temel maddenin nigredosunun da sembolüdür. Başlangıç aşamaları ve ilkel içgüdülerle ilişkilidir.

Kuşlar gibi, ayı da yerli Amerikan halkları arasında genellikle insanlarla akraba olarak kabul edilir çünkü kuşlar gibi iki ayak üzerinde durabilir ve yürüyebilir. Birçoğu için ayı ve kurt, ilkel, doğal dünyanın son gerçek sembolleridir ve birçok ekolojist, insanların topraklarını ve geleceklerini nasıl koruyacakları ve bu duruma nasıl tepki vereceklerinin, insanlığın çevremizi ve içindeki doğal kaynakları koruma konusunda ne kadar ciddi olduğunun en dürüst göstergesi olacağına inanmaktadır.

Ayı, etoburların en büyüğüdür, ancak neredeyse her şeyi yer. Hem bitki, hem meyve, hem de et yiyen omnivor bir hayvandır. Aslında tilki gibi daha küçük birçok etoburdan daha az et tüketir.

Yaygın inanışın aksine, ayılar gerçekte kış uykusuna yatmazlar. Büyük ölçüde depoladıkları yağlarla yaşarlar. Vücut sıcaklıkları biraz düşer (yaklaşık 13 derece) ve solunum hızları yarıya inebilir. Uykularının derinliği, depoladıkları yağ miktarına büyük ölçüde bağlıdır. Bu, ayının totem olarak benimseyenlere hayatta kalmak için gerekli kaynakları bulmak üzere içsel yolculuğa çıkmayı öğretme yeteneğini yansıtır. Ayı, daha önce hiç kullanılmamış veya erişilmemiş olanlar da dahil olmak üzere, içsel enerji ve özünüzün tüm depolarından yararlanmayı öğretebilir. Meditasyon yapmak ve ayı ile çalışmak, ruhunuzun inine, içsel kutsal alanınıza girmenize ve cevaplarınızı bulmanıza yardımcı olacaktır.

Kış uykusu sırasında kara ayının böbrekleri tamamen işlevini yitirir ve bilim insanları bu aktiviteyi inceleyerek daha başarılı böbrek nakillerine dair ipuçları bulmayı umuyorlar. Doktorlar, hastalıklı böbreklerin iyileşmesi için zaman tanımak amacıyla bunu insanlarda da tekrarlamanın bir yolunu bulmayı çok isterler. Ayı tıbbının amacı da tam olarak budur.

Böbrekler vücutta hayati bir işlev görür; idrarı atar ve kan plazmasını filtreler. Metafiziksel olarak böbrekler, ayırt etme ve değerlendirme sembolleridir. Eğer hayatınızda ayı belirdiyse, kendinize bazı önemli sorular sorun. Yargılarınız yanlış mı? Peki ya çevrenizdekiler? Hayatınızda faydalı olanı fark etmiyor musunuz? Her durumun derinliklerindeki iyiliğin özünü göremiyor musunuz? Kendinize veya başkalarına karşı çok mu eleştirel davranıyorsunuz? Her şeye pembe gözlüklerle mi bakıyorsunuz? Ayı şifası, seçimlerinizi ve kararlarınızı güçlü bir konumdan verebilmeniz için derinlere inmenizi öğretebilir.

Tüm ayılar şaşırtıcı derecede hızlıdır. Kara ayı ve boz ayı, kısa mesafelerde saatte 35-40 mil hıza ulaşabilir. Kutup ayısı da dahil olmak üzere tüm ayılar tırmanabilir. Sadece ağacın büyüklüğü tırmanmayı engelleyebilir. Ayılar genellikle ağaçlarla ilişkilendirilir. Doğa programları, ağaçların tepesinde ayı yavrularını veya ağaçlara sürtünen yetişkinleri fotoğraflamayı sever. Hatta belirli bir ayının sık kullandığı ve kullandığı yol boyunca pençe izleriyle işaretlenmiş "ayı ağaçları" bile vardır.

Ağaç, tıpkı ayı gibi güçlü ve kadim bir semboldür. Gökyüzü ile yeryüzünü birbirine bağlayan doğal bir antendir. Metnin önceki bir bölümünde kısaca ele alındığı gibi, farklı ağaçların farklı anlamları vardır, ancak genel olarak bilgiyi temsil eder. Bereketin, büyüyen şeylerin sembolüdür.

Ayı, içsel potansiyellerinizi uyandırmayı öğretirken, ağaç da uyandırdığımız şeyleri dünyaya taşımamız ve onunla iz bırakmamız gerektiğini hatırlatır. Ayı totemine sahip herkes, içindeki ayı yavrusunu canlı tutmalı ve zaman zaman ona dokunmalıdır.

Ağaçlara tırmanın - sırf daha net bir görüş elde etmek için bile olsa.

Ayıyı totem olarak benimseyenler için, yıl boyunca saklanıp kış uykusuna yatmak önemli değildir. Mağaradan çıkmalısınız.

Bu durum, ayıların doğum sürecine bile yansır. Dişi ayılar, derin uykuları sırasında, yarı kış uykusu evresinde doğum yaparlar. Genellikle iki, bazen üç yavru doğar. Yavrular çaresiz ve yarı bilinçli olarak doğarlar. Yavrular kış boyunca yuvanın güvenli ve sıcak ortamında emzirilirler.

Bahar yaklaşırken, anne ve yavruları ortaya çıkacak. Yavrular annelerini takip edebilecek kadar güçlenmiş olacaklar. Bu, ayı totemiyle çalışanlar için son derece önemlidir. Genellikle kendi iç dünyanıza derinlemesine inme, hayatınızda daha içe kapanık olabileceğiniz dönemlere ihtiyaç duyduğunuzu yansıtır. Bu zamanlarda, kendi iç dünyanıza dönebilir ve hatta iki veya üç fikir veya projeye hayat verebilirsiniz. Bunları kış boyunca besleyebilir ve bahar yaklaşırken, yavrularınızla birlikte ortaya çıkıp büyümelerine yardımcı olabilirsiniz.

Ayıyı totem olarak benimseyenler, kış boyunca yarı kış uykusu ve inzivaya çekilme döngüsünü çok doğal bulacaklardır. Ayrıca, baharla birlikte kış aylarında besledikleri konularla ilgili daha iddialı hareket etme fırsatlarının da geleceğini göreceklerdir. Ancak ayı totemleri sabırlı olmalıdır, çünkü yavrular genellikle iki yıla kadar anneyle birlikte kalırlar. Bu, beslediğiniz projelerin döngünün ikinci yılına kadar tam olarak meyve vermeyebileceğini yansıtabilir.

Köpekle uzaktan akraba olmasına rağmen, ayı rakuna daha yakın bir akrabadır. Çeşitli ayı türleri vardır. En yaygın ayı türü kara ayıdır. Bu bir tür yanıltıcı isimdir, çünkü tüm kara ayılar siyah değildir. Kahverengi, tarçın rengi ve çeşitli renk kombinasyonlarında olabilirler.

Hem yetişkinleri hem de yavruları çok oyuncudurlar. Bu, ayıyı totem olarak benimseyenler için bir hatırlatmadır.

En büyük ayı Alaska boz ayısıdır. Boz ayının bir akrabası olan boz ayı, nispeten yalnız yaşar. Boz ayı uzun zamandır gücü ve vahşiliğiyle bilinir. Oldukça vahşi olabilmesine rağmen, doğası gereği saldırgan değildir.

Ayı ailesinin tartışmasız en olağanüstü avcısı kutup ayısıdır. Bu beyaz ayının hiçbir korkusu yoktur. Tüm ayılar arasında en etobur ve agresif olanıdır. Besin zincirinin en tepesindedir ve insanlardan başka düşmanı yoktur. Büyük ölçüde foklarla beslenir ve bu toteme sahip olanların fokun özelliklerini de incelemesi gerekir.

Bütün ayılar balı çok sever. Bal, hayatın doğal tatlılığıdır. Genellikle ağaçlarda bulunan kovanlarda bulunur; bu da ayılar ve ağaçlar arasındaki bağlantıyı yansıtır. Bu totem sahibi olanlar için içsel gücü uyandırmak, ancak onu dışarıya çıkarıp uygulamakla hayatın balının tadına varmak mümkün olacaktır.

**KUNDUZ**

AÇILIŞ KONUŞMASI: Hayallerin İnşası

GÜÇ DÖNGÜSÜ: Alacakaranlık ve Gece

Kunduz, kemirgen ailesinin en büyüğüdür. Avrupa ve Asya'dan yok olmuş ve günümüzde sadece bu yarımkürede bulunmaktadır. Su yaşamına uyum sağlamıştır. Perdeli ayakları vardır ve kuyruğu dümen görevi görür.

Kunduz mükemmel bir yüzücüdür ve aynı anda 15 dakikaya kadar su altında kalabilir. Ekstra büyük akciğerlere sahiptir ve insanlardan daha fazla oksijen alabilir ve daha fazla karbondioksite dayanabilir. Bu nedenle,

kunduz nefes alma ve nefes kontrolü konusunda en iyi sağlık ve verimlilik için dersler verebilir.

Su, uzun zamandır duygular ve hayallerle ilişkilendirilmiştir. Ortalama bir insanın en yaygın hayallerinden biri de bir eve ve bir aileye sahip olmaktır. Bu hayal, kunduz tarafından somutlaştırılır. Kunduzlar, birbirine sıkı sıkıya bağlı bir aile içinde yaşarlar ve her ikisi de hayatta olduğu sürece çiftleşirler. Eğer hayatınızda kunduz belirdiyse, bu, hayallerinizi geliştirmek için bir fırsat anlamına gelebilir.

Kunduzlar aynı zamanda usta ev yapımcılarıdır. Ağaç kesme ve baraj inşa etme konusunda muhteşem mühendislik başarıları sergilerler.

Evlerinde karmaşık kanallar bulunabilir ve barajlarını sürekli olarak onarırlar. Bu muhteşem inşaat becerisi, bu totemle bağlantılı olanları eski ve mistik Masonlarla bile ilişkilendirebilir. Mason geleneğinin incelenmesi birçok kapıyı açabilir.

Kunduz vahşi doğada on iki yıldan daha az yaşar. En belirgin özellikleri büyük kesici dişleri ve kuyruğudur. Kunduzun sürekli çiğnemesinin nedenlerinden biri, dişlerinin ölene kadar büyümeye devam etmesidir. Çiğneme olmasaydı, dişler çok büyük olurdu ve yemek yiyemezdi. Bir kunduz dişini kaybederse, genellikle ölür. Kunduzu totem olarak benimseyenler için, uygun diş hijyeni ve bakımı çok önemlidir.

Kunduzların en sevdiği besin ağaç kabuğudur ve kavak ile titrek kavak en sevdikleri ağaçlardır. Bu ağaçların özelliklerini incelemek size daha da fazla bilgi sağlayabilir. Ağaç kesme işlemi ekip çalışmasıyla gerçekleştirilir. Bir kunduz dinlenir ve etrafı gözetlerken, diğeri kemirir. Ağaçlar genellikle kış boyunca yiyecek sağlamak için barajda depolanır.

Bazıları kunduzu zararlı bir hayvan olarak görse de, aslında harika faydaları vardır. Ağaçları kesmesi, çalılıkların büyümesini sağlar ve böylece geyik ve

sığınlar için yiyecek temin eder. İnşa ettiği barajlar, insanlar için tarım arazilerinin oluşmasına bile yardımcı olur. Kunduz göletleri çamurla dolar. Kunduz göleti terk ettiğinde, sonunda göletteki baraj yıkılır. Su boşalır ve geriye verimli topraktan oluşan düz bir alan kalır.

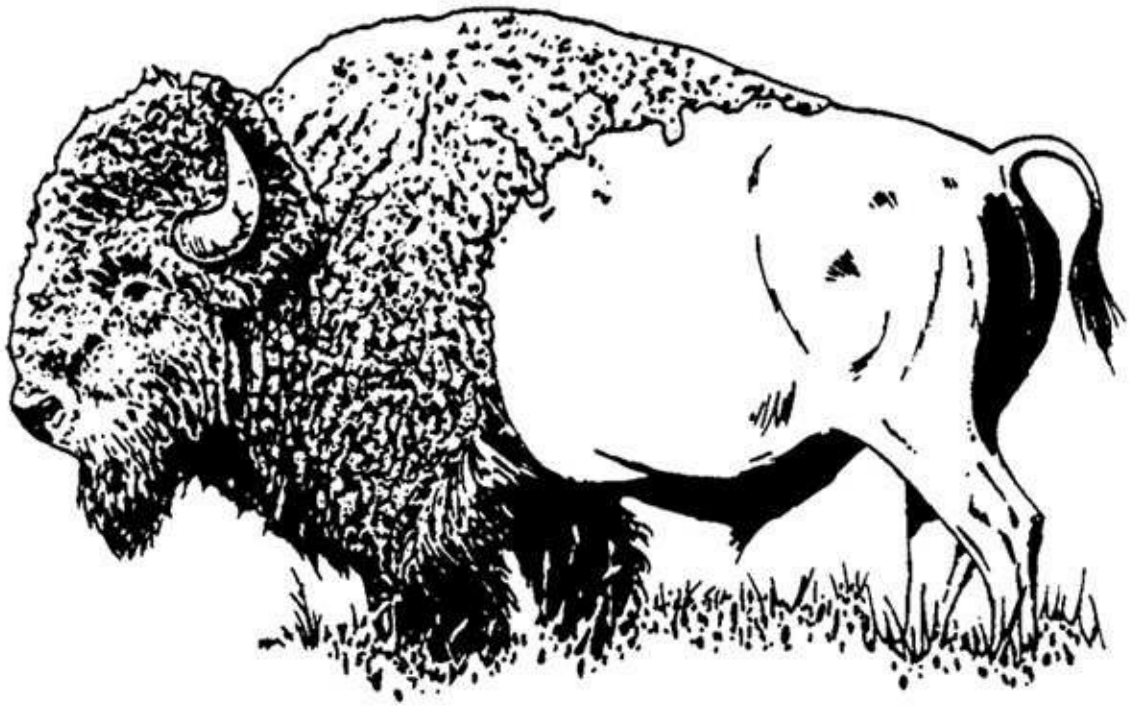
Eğer hayatınıza kunduz girdiyse, kendinize bazı önemli sorular sorun. En temel hayallerinizi ihmal mi ediyorsunuz? Hayalleriniz onarıma mı ihtiyaç duyuyor? Siz veya çevrenizdekiler hayallerine çok mu kaptırıyorsunuz - sürekli hayal kurup asla harekete geçmiyorlar mı? Eviniz onarıma mı ihtiyaç duyuyor?

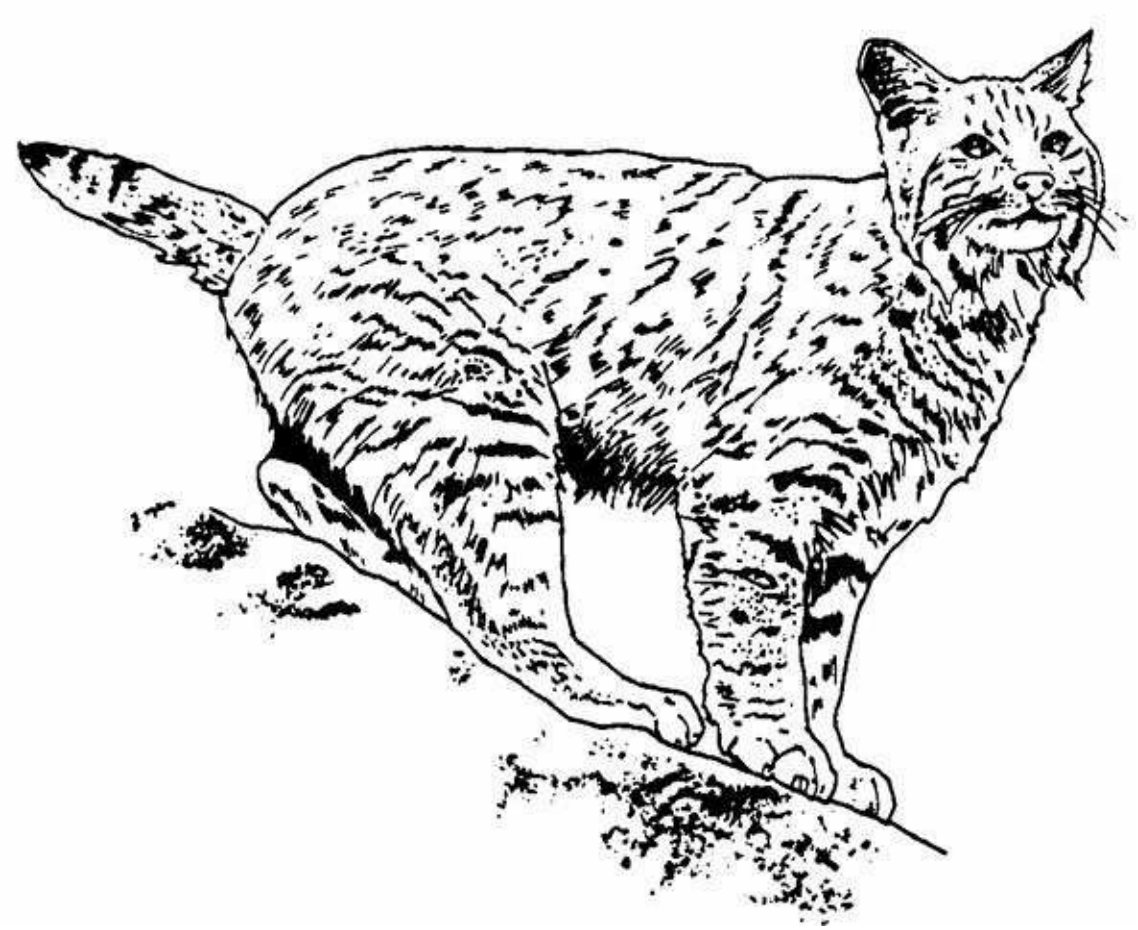
Kunduzun bize hayallerimizi gerçeğe dönüştürmek için harekete geçmemiz gerektiğini hatırlattığını unutmayın. Kunduz ortaya çıktığında, harekete geçme zamanıdır. Kunduz size harika hayaller kurmanın yolunu gösterebilir.

**BİSON (BUFALO)**

ANA KONUŞMA: Doğru Eylem ve Doğru Dua ile Bolluğu Gerçekleştirmek

ENERJİ DÖNGÜSÜ: Yıl boyu





Amerikan bizonu aslında bir bizon türüdür. Bizon, Asya ve Afrika hayvanları için kullanılan bir isimdir. Ovalarda yaşayan Kızılderililer için kutsal yaşamın ve bolluğun sembolüydü.

Bir zamanlar beyaz bufalo kürkü giymiş güzel bir kadın belirdi. Lakotalara her şeyin nasıl birbirine bağlı olduğunu gösteren kutsal pipoyu getirdi. Erkeklere ve kadınlara yeryüzünün birçok gizemini öğretti ve onlara nasıl dua edeceklerini ve yeryüzünde doğru yolu nasıl izleyeceklerini gösterdi. Onlara bolluk için nasıl dua edeceklerini ve bolluğu nasıl getireceklerini gösterdi. Ayrılırken, yeryüzünde yuvarlandı ve beyaz bir bufalo yavrusuna dönüştü ve ufukta kayboldu. Kaybolur kaybolmaz, Kızılderili kamplarının etrafında büyük bufalo sürüleri görüldü.

Bizon veya Amerikan bufalosu, bolluğun ve tezahürün sembolüdür. Beyaz Bufalo Kadın'ın Lakotalara öğrettiği şeylerden biri de, doğru eylem doğru duayla birleştiğinde hayatta kalmak için mücadele etmek zorunda kalmayacaklarıydı. Dünyevi olanı ve ilahi olanı uygun şekilde birleştirerek, ihtiyaç duyulan her şey elde edilebilirdi. Bu aynı fikir, İncil'de de yer almaktadır: "Rab, kendine yardım edenlere yardım eder."

Bizon, bir buçuk tona kadar ağırlığa ulaşabilen büyük bir hayvandır. Devasa bir kafası, kambur omuzları ve kabarık kürkü nedeniyle neredeyse abartılı bir görünümü vardır. Kamburlar genellikle depolanmış güçlerin, yani kullanılabilecek rezervuarların sembolüdür. Bizon örneğinde, bu güç, nasıl kullanılacağını bilirsek elde edebileceğimiz bolluğu yansıtır. Kamburun omuz hizasında olması, kendi çabalarımızı da dahil etmemiz gerektiği anlamına gelir. Omuzlar, hayatı kucaklama ve taşıma yeteneğinin sembolüdür. Omuzlarımızda ya yüklerimizi ya da ödüllerimizi taşırız. Omuzlardaki kambur bölge, kendi çabalarımıza duyduğumuz ihtiyacı ima eder.

Devasa kafa aynı zamanda çabalarımızı İlahi olanla birleştirme ihtiyacını da ima eder. Kafa üst bölgeyi temsil eder. Gökyüzünün ve ilahi olanın, daha yüksek yeteneklerin sembolüdür. Bizon örneğinde, her iki yön de güçlendirilmiştir. Aradığımızı tezahür ettirmek için hem dünyevi hem de manevi olan gereklidir.

Bizon çok tahmin edilemez ve tehlikeli olabilir. Bu, hayatınızın bazı alanlarında daha fazla bolluğa doğru ilerlemeye başlarken kendinizi sağlam temellere oturtmamanız konusunda bir uyarı niteliği taşıyabilir. Dört ayaklı bir hayvan olması, sağlam temellere oturmayı çağrıştırır.

Bizon da genellikle en kolay yolu izler. Doğru eylemi doğru dualarla birleştirdiğimizde, yol zor olmaz. Kendimizi zorla açmamıza gerek kalmaz. Yol açılır ve kolayca akar. Bizon zaman zaman kafasını itmek ve yol açmak

için kullanır, ancak bu genellikle kış aylarında olur. Kocaman kafası, altındaki otlarla beslenebilmek için kar yığınlarını temizlemek için kullanılır.

Eğer bir bizon size göründüyse, bu hayatınızın bazı alanlarında bolluğu tezahür ettirme veya tezahüre doğru ilerleme fırsatlarına işaret edebilir. Ancak bunun içinde birkaç uyarı da gizlidir. Zorlama veya baskı yapma zamanı değil. En kolay yolu izleyin.

Bufalonun görünmesi, aynı zamanda eşzamanlılık yasasının şu anda hayatınızda işlediği anlamına da gelir. Eğer izin verirsek, olaylar bizim için en uygun zamanda, şekilde ve araçlarla gerçekleşecektir. Bu, oturup hiçbir şey yapmamamız gerektiği anlamına gelmez, aksine yapmamız gerekeni yapıp olayların doğal seyrine bırakmamız gerektiği anlamına gelir.

A noktasından B noktasına ulaşmak güzel bir şey ve bunu zorlamanın yolları da var. Ancak zorlarsanız, varış noktasına hiçbir kazanç sağlamayacağınız bir zamanda ulaşabilirsiniz. Doğal akışın sizi götürmesine izin verirseniz, yine de varış noktanıza avantajlı bir zamanda ulaşırsınız ve genellikle yol boyunca güzel yan geziler de yaparsınız. Bizonlar bize bu doğal ritimle nasıl çalışacağımızı öğretiyor.

Eğer hayatınızda bizon belirdiyse, bolluk ve artış için fırsatlar arayın. Ayrıca kendinize bazı önemli sorular sorun. Aradığınız şeye saygı duyuyor musunuz? İlahi olanın fiziksel olan her şey için gerekli olduğunu hatırlıyor musunuz? Kendinize ve hayatınızdaki diğerlerinin çabalarına saygı gösteriyor musunuz? Sahip olduklarınız için şükran duyuyor musunuz? Bolluk akışını durdurmanın en hızlı yolu, size zaten gelmiş olan şeye saygı göstermemektir.

**VAŞAK**

AÇILIŞ KONUŞMASI: Sessizlik ve Sırlar

ENERJİ DÖNGÜSÜ: Kış Sonu ve İlkbahar

Vaşak bazen vahşi kedi olarak da adlandırılır. Adını aldığı kısa, küt kuyruğu vardır. Ayrıca kulaklarında ve favorilerinde tüy tutamları bulunur. Genellikle daha gri ve her zaman daha büyük olan vaşakla karıştırılır. Aslında vaşak bazen kızıl vaşak olarak da adlandırılır.

Vaşak yalnız yaşayan bir hayvandır ve onu totem olarak benimseyenler de çoğu zaman kendilerini aynı durumda bulurlar.

Yalnız kalmayı öğrenmek, yalnızlık hissetmeden yalnız olmayı başarmak, vaşakların öğrettiği şeylerden biridir. Dişilerin genellikle küçük bir bölgesi vardır, ancak erkekler oldukça göçebe olabilir ve beş ila altı dişinin bölgesini kapsayabilirler. Çiftleşme genellikle kış sonlarında gerçekleşir ve ardından erkekler ve dişiler kendi yollarına giderler.

Yalnız yaşamayı seven bir hayvan olduğu için, vaşak totem olarak benimseyenler arkadaşlarının sık sık sırlarını paylaştığını fark ederler. Vaşak veya lynx'i totem olarak benimseyen herkesin sırları ifşa etmemesi önemlidir. Bunun her zaman ciddi sonuçları olur ve genellikle kısa sürede ortaya çıkar.

Kuyruk çok semboliktir. Kuyrukların sembolik olarak cinsel enerjiler ve kundalini ile uzun bir bağlantısı vardır. Kuyruk ucu, yaşam gücünün merkezidir. Vaşak kuyruğunun ucu siyah, alt tarafı ise beyazdır. Bu, gerektiğinde yaratıcı güçleri açıp kapatma yeteneğini yansıtır. Bu, vaşak şifasının bir parçasıdır.

Bu aynı zamanda vaşakı bazı cinsel büyü ve mistisizm biçimleriyle de ilişkilendirir. Karanlık ve gizlilik pelerinini kullanarak, vaşak yaşam gücünü sessiz ama güçlü yollarla nasıl yansıtıp kullanacağını öğretebilir. Vaşağın büyüsü, başkaları bilmediğinde her zaman en güçlüdür. Ondan bahsetmek gücünü dağıtır. Bu toteme sahip olanlar için, ne zaman, ne kadar ve kime

konuşacaklarını öğrenmek çok önemlidir. Vaşak insanları başkalarıyla ne paylaştıkları konusunda dikkatli olmalıdır. Şeyler çarpıtılma veya yanlış anlaşılma eğiliminde olacaktır.

Oran. Vaşak gibi düşünen bir insan için beyaz olan bir şey, yanlışlıkla siyah olarak algılanabilir ve bunun tersi de geçerlidir.

Vaşakların keskin görüşü, hassas bıyıkları ve püsküllü kulakları onları mükemmel bir gece avcısı yapar. Vaşağı totem olarak benimseyenler geceleyin en etkili olurlar. Bu özellikler, en yaygın psişik sanatların çoğuyla bağlantılıdır. Vaşakların gözleri, başkalarının saklamaya veya gizlemeye çalıştığı şeyleri görmelerini sağlar. Hassas bıyıkları onlara bir tür psikometri yeteneği kazandırır; bir nesneyi yüzlerine tutmak, bireyin izlenimler almasını sağlar. Püsküllü kulaklar ayrıca durugörü ve söylenmeyenleri duyma ile de bağlantılıdır.

Vaşak totemine sahip bir kişi, çevresindekilerin kendisini rahatsız hissetmesine neden olabilir. Göstermediklerini görebildiğinizi ve söylemediklerini duyabildiğinizi bilir. Bu yetenek, birini dinamik bir danışman veya dinamik bir manipülatör yapabilir. Eğer hayatınızda bir vaşak belirdiyse, gizli olanı arayın. Her şey göründüğü gibi değildir. Kendi duyularınıza güvenin. Eğer doğru gelmiyorsa, mantıklı bir sebep olmasa bile ona güvenin.

Vaşak karanlıkta çok iyi görür ve işitme duyusu çok keskindir. Vaşak insanları genellikle yalnız kalmayı tercih ederler çünkü çevrelerindeki insanlar hakkında o kadar çok gizli olumsuzluk duyarlar, görürler ve hissederler ki, tüm insanların böyle olduğuna inanmaya başlarlar. Vaşak insanları asla tamamen içine kapanık olmamalıdır. Tarot destesindeki Münzevi kartı üzerine meditasyon yapmak, ne zaman yalnız kalmanız ve ne zaman sosyal olmanız gerektiğini anlamanıza yardımcı olacaktır. Bu hayvanın enerjileriyle uyum sağlamanıza yardımcı olacaktır.

Vaşak, Amerika Birleşik Devletleri'nin her yerinde bulunur, ancak nesli tehlike altındadır. Kayalık çıkıntıların altında ve kaya yığınlarında yaşar ve bunun sembolik anlamı da incelenmelidir. (Beşinci bölüme bakınız.) Çok hızlı olmasa da, altı ila sekiz fit (yaklaşık 1,8 ila 2,4 metre) sıçrayabilir. Başlıca yiyeceği tavşanlar ve dağ sıçanlarıdır ve vaşağın gücünü tam olarak anlamak için bunların önemi de incelenmelidir.

Yavrular ilkbaharda doğar ve bir batında en fazla dört yavru olabilir. Anne erken yaşta eğitime başlar. Yaklaşık yedi aylıkken yavrular tek başlarına avlanmayı öğrenirler ve dokuz ay civarında kendi bölgelerini aramak için aileden ayrılırlar.

Vaşakla karşılaşanlar için, resmi veya gayri resmi yeni bir öğrenme süreci bekleyin. Her iki durumda da, 7-10 ay içinde ihtiyacınız olan her şeye sahip olacaksınız. Vaşak totemine sahip kişiler genellikle hızlı ve kapsamlı bir şekilde öğrenirler. Eğer vaşak totemine sahip bir ebeveynseniz, çocuklarınızın eğitimine erken başlayın. Bunu en iyi nasıl yapacağınız konusunda kendi içgüdülerinize güvenin. Çocuklar güçlü ve bağımsız olacaklardır. Eğer vaşak hayatınıza girdiyse, kendinize şu önemli soruları sorun: Çok mu yalnızsınız? Yeni öğrenme fırsatları aramanız gerekiyor mu? Siz veya çevrenizdekiler dikkatsiz mi davranıyorsunuz? İçgüdülerinize güvenmiyor musunuz? Başkalarının dış görünüşlerinin sizi etkilemesine izin veriyor musunuz? Vaşak etrafınızda olduğunda, size sessizlik yoluyla gerçek güç ve kuvvetin olduğunu öğretecektir.

**BOĞA**

AÇILIŞ KONUŞMASI: Doğurganlık

ENERJİ DÖNGÜSÜ: Yıl boyu

Bul ve dişi karşılığı olan inek, uzun zamandır doğurganlığın sembolü olmuştur. İnek ağırlıklı olarak annelik ve zarar görmeden beslenmenin

sembolü iken (kesilmeden yiyecek sağlayabilen bir hayvandır), bul ise kesilerek beslenme sağlayan bir hayvandır ve bu nedenle kurban yoluyla doğurganlığı simgeleyen bir hayvan olarak bilinir.

İnek genellikle ayın özelliklerini temsil ederken ve tanrıçalar bazen ineğin boynuzlarını takarken, bul güneşin sembolüydü. Asurlular için bul, güneşten doğmuştu. Hindu tanrısı Indra genellikle bir bul üzerinde, Brahma ise bir ineğin üzerinde tasvir edilir.

Bul kültü Mısır ve Yunanistan'ın bir parçasıydı. Mısır tanrısı Osiris genellikle bir bul başıyla tasvir edilir. Roma ve Yunan mitolojisinde bul ile ilgili birçok güçlü efsane vardır. Muhtemelen en bilineni Minotaur öyküsüdür. Bul ile ilgili mit ve geleneklerin incelenmesi, bu toteme sahip olanlar için geçmiş yaşamlar hakkında bilgi sağlayabilir.

Boğa sembolü, elbette, toprak burcu olan Boğa burcuyla ilişkilendirilir. Bu burç, mülkiyetle ilgilidir. Dünyevi ve topraksal olanı daha verimli hale getirmekle bağlantılıdır. Boğa burcu, daha fazla bilgi edinmek için incelenmelidir.

Boğa, eril bir semboldür ve geleneksel astrolojide dişil bir gezegen olan Dünya'nın döllenmesini simgeler. Dolayısıyla boğada erkek ve dişinin birleşimi bulunur. Boğa bazen ay (dişil), bazen de güneş (erkek) olarak tasvir edilir. Boğanın boynuzları hilal şekline benzer ve bu da ona dişil ile bağlantı kazandırır. Erkek ve dişi bir araya geldiğinde her zaman doğurganlık için fırsat doğar.

Eğer toteminiz olarak bir boğa ortaya çıktıysa, kendinize bazı önemli sorular sormanız gerekir. Olabildiğince üretken misiniz? Yeni tohumlar ekmeniz gerekiyor mu? İnatçı ve katı mısınız? Siz veya çevrenizdekiler daha hassas olmaya mı ihtiyaç duyuyor? Her şeyin kendi zamanında verimli olmasına izin vermeniz gerekirken acele mi ediyorsunuz? Siz veya çevrenizdekiler

güvensiz mi hissediyorsunuz? Boğa, verimliliğin sıradan yönlerini ve bunun için gerekli ilişkileri anlamanıza ve bunlarla çalışmanıza yardımcı olabilir. İnatçılık olmadan istikrarı öğretecektir. Boğa, dişil enerjilerinizi en büyük başarıyla ortaya koymanıza yardımcı olabilir.

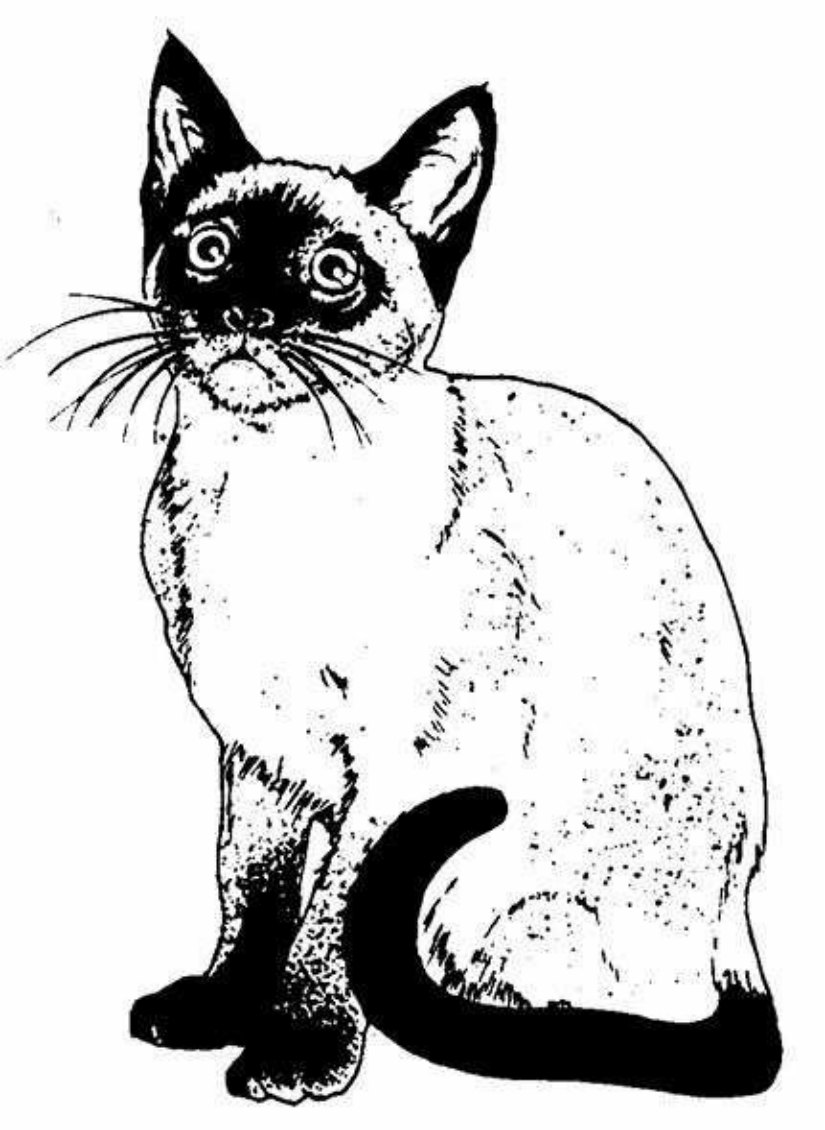
**KEDİ**

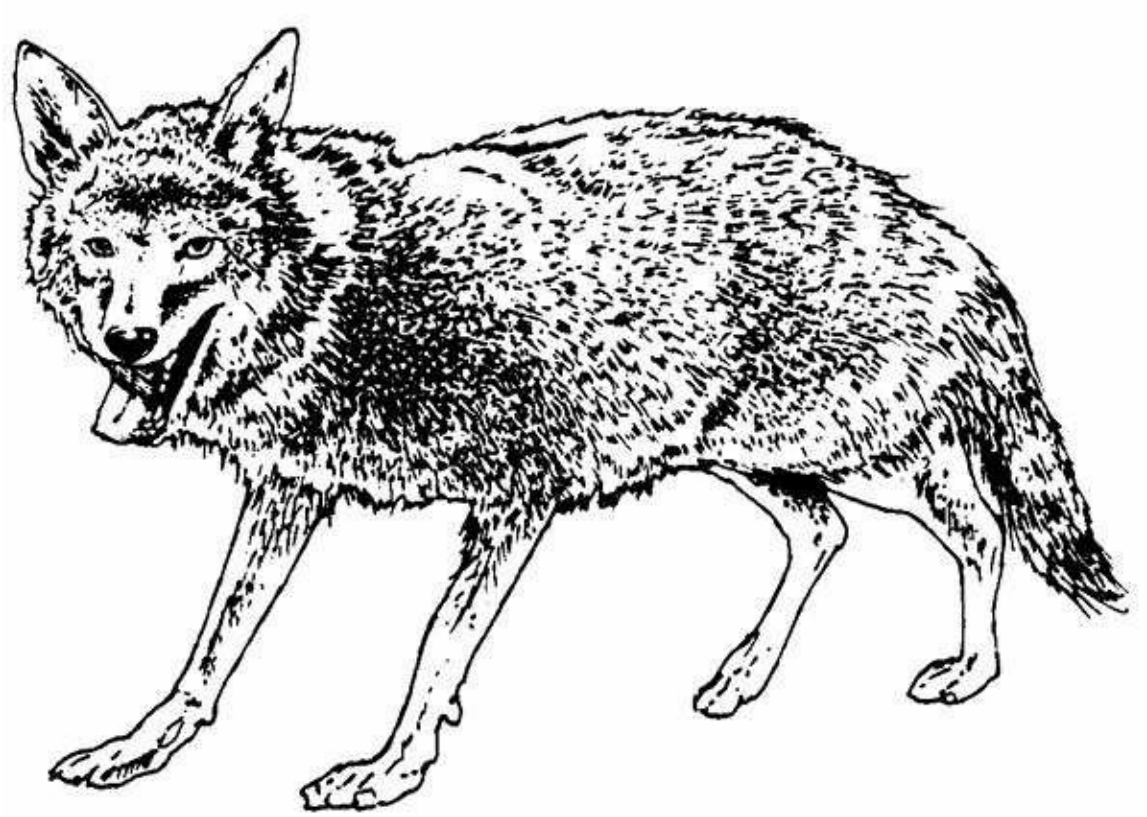
AÇILIŞ KONUŞMASI: Gizem, Büyü ve Bağımsızlık

GÜÇ DÖNGÜSÜ: Gece vakti

Evcil bir hayvan olmasına rağmen, kedinin bir totem olarak enerjilerine ve özüne en azından değinmemek haksızlık olurdu. Bu sözlükte büyük kedilerin birçoğu ayrı ayrı inceleniyor, ancak genel olarak kedilerin -vahşi veya evcil- bazı ortak özellikleri vardır.

Mitoloji ve efsanelerde kedi ön plandadır. Antik Mısır'da özel bir ayrıcalığa sahiptiler. Tanrıça Bast genellikle ya kedi olarak ya da kedi başıyla tasvir edilirdi. İskandinav efsanelerinde kedi, doğurganlık tanrıçası Freyja ile ilişkilendirilirdi. Hindu geleneğinde doğum tanrıçası Shasthi, bir kediye binerken tasvir edilir. Kediler, Grimm Kardeşler'in masallarında da sıkça yer alır.





ve dünyanın dört bir yanından daha birçok halk hikayesi.

Kedilere, çoğu zaman birbiriyle çelişen çok çeşitli özellikler atfedilmiştir. Merak, dokuz can, bağımsızlık, zekâ, tahmin edilemezlik ve şifa yeteneği bunlardan sadece birkaçıdır. Bir cadının evcil kedisi genellikle onun ruhani varlığı, yani kedi biçimindeki bir ruh olarak kabul edilirdi. Cadıların kedi şeklini alabileceğine de sıklıkla inanılırdı.

Kediler karanlık çöktükten sonra evlerindedir, ancak çoğu insan onları gündüzleri geleneksel evcil hayvanlar olarak beslemek ister. Bu şekilde davranmadıklarında ise bağımsız ve asosyal olarak nitelendirilirler. Karanlık, korkuların ve insanların görmek istemediği ve göremediği şeylerin yuvası olduğu için, kedi sihir ve gizemle ilişkilendirilmiştir. Gerçek şu ki, kedilerin gözlerinin retinasında daha fazla çubuk hücre bulunur, bu da ışık algısını artırır. Bu, karanlıkta etkili bir şekilde görmelerini sağlar. Kedinin

geleneksel avı faredir, ancak bununla sınırlı değildir. Kediler hala kuş ve tavşan avlarlar.

Kedinin geleneksel düşmanı köpektir, ancak bu onun tek düşmanı değildir. Kedi totemine sahip olan herkes için, fare ve köpeğin özelliklerini incelemek, kediyle olan sihri ve enerji dengesini anlamanıza yardımcı olacaktır.

Kedinizin renklerini, karakterini, davranışlarını inceleyin. Her şeyi önemli olacaktır. Kedilerin kültürü ve karakteri hakkında birçok kitap mevcuttur. Evcil veya vahşi olsun, bir kedi baskın hale geldiğinde, sihir ve gizemin canlandığını göreceksiniz.

**PUMA**

AÇILIŞ KONUŞMASI: Kendi Gücünüzü Keşfetmek

ENERJİ DÖNGÜSÜ: Yıl boyu

Tarih boyunca puma birçok isimle anılmıştır: puma, dağ aslanı, puma, dağ kedisi, dağ çığlıkçısı, sinsi kedi, panter ve daha fazlası. Puma, panter ve puma en yaygın olanlarıdır. Puma, Güney Amerika'daki adıdır ve puma adı İnka'ların konuştuğu Quechua dilinden gelir. Florida panteri aynı aileye aittir, ancak daha sonra açıklanacağı gibi leopar/jaguar ailesinin panteri ile karıştırılmamalıdır. Puma üzerine yaptığınız çalışmalarda, sizi daha çok cezbeden bir isim var mı? Bu, bu totemle geçmiş yaşam bağlantılarına dair bazı bilgiler sağlayabilir. 49

İlk kolonistler puma'yı dişi aslanla karıştırdılar. "New Amsterdam'daki (şimdiki New York Şehri) Hollandalı tüccarlar, Kızılderililere neden sadece dişilerin derisini getirdiklerini sordular. Cahil beyaz tüccarlarla dalga geçmekten zevk alan Kızılderililer, erkeklerin hepsinin uzak bir dağ silsilesinde yaşadığını ve o kadar vahşi olduklarını, kimsenin onları

avlamaya cesaret edemediğini söylediler. Böylece dağ aslanı adı ortaya çıktı." 50

Puma, batı yarımküredeki en büyük ikinci kedi türüdür. Aynı zamanda en hızlı ve en güçlü hayvanlardan biridir, ancak çabuk yorulur. Isırığı veya pençeleriyle öldürebilecek kadar güçlüdür. 12 metreden fazla zıplayabilir.

O, sinsi bir avcıdır ve daha sonra açıklanan panterin birçok özelliği puma için de geçerlidir. Eğer puma hayatınıza girdiyse, güç hakkında bilgi edinme zamanı gelmiştir. Kendi gücünüzü test edin. Çoğu genç puma, gücünü deneme yanılma yoluyla kullanmayı öğrenir. Bu onları güçlendirir ve becerilerini geliştirir. Puma totem olarak ortaya çıktığında, denemelerin çoğu tamamlanmıştır. Şimdi ortaya koyma zamanı.

İnsanlar iddialı olmanızdan hoşlanmayabilir. Sizi her zaman tuttukları kategoride tutmaya çalışabilirler. Böyle kalmayı seçebilirsiniz ya da kaslarınızı esnetip yeteneklerinizi gösterebilirsiniz. "Cougar" etkisine sahip olanlar, özellikle statükoya alışmış ve gerçekten gelişmenizi istemeyenlerin saldırılarına kolayca boyun eğerler. Unutmayın ki, her zaman kendi gücünüzü ortaya koymanızı istemeyen veya bunu asla kabul etmeyecek bazıları olacaktır. Eğer "cougar" etkisi ortaya çıktıysa, bir seçim yapılması gerekir ve bu seçim hızlı ve güçlü bir şekilde yapılmalıdır. Bir "cougar" fırsatların peşinden koşar.

Geyik, puma'nın en sevdiği avdır. Puma totemine sahip olan herkes geyiği de incelemelidir. Geyiğin temsil ettiği özelliklerden biri de nezakettir. Puma totemine sahip olanlar için, gücün nazikçe de kullanılabileceğini hatırlamak önemlidir. Nezakette güç ve kudret vardır. Ayrıca, nazik olmanın ve gücünüzü zorla ortaya koymanın zamanları olduğunu da hatırlatır. Puma'nın öğrettiği şeylerden biri de budur.

Puma ile kirpi arasında da bağlantılar vardır ve bu bağlantıların özellikleri de incelenmelidir. Puma, kendisine zarar vermeden kirpiyi öldürebilen nadir hayvanlardan biridir. Aslında, yiyeceğinin yaklaşık üçte birini kirpi oluşturur. Puma, kirpiyi sırt üstü çevirerek savunmasız alt tarafını açığa çıkarma yeteneğini geliştirmiştir.

Puma, kişisel gücün kullanımında kararlılığı öğretir. Saldırdığında tereddüt etmez. Tehdit edildiğinde en savunmasız noktaya saldırır. Puma, gücünüzü nasıl ortaya çıkaracağınızı ve kalbinizi onunla nasıl dolduracağınızı, böylece hayatınızın kontrolünü ele almanızı sağlayacak şekilde size öğretebilir. Kendinizi savunmak veya saldırmak için -eşit derecede etkili bir şekilde- kullanabileceğinizi göreceksiniz. Puma, hayatınızın ve koşullarınızın kontrolünü en etkili şekilde nasıl ele alacağınızı öğretir.

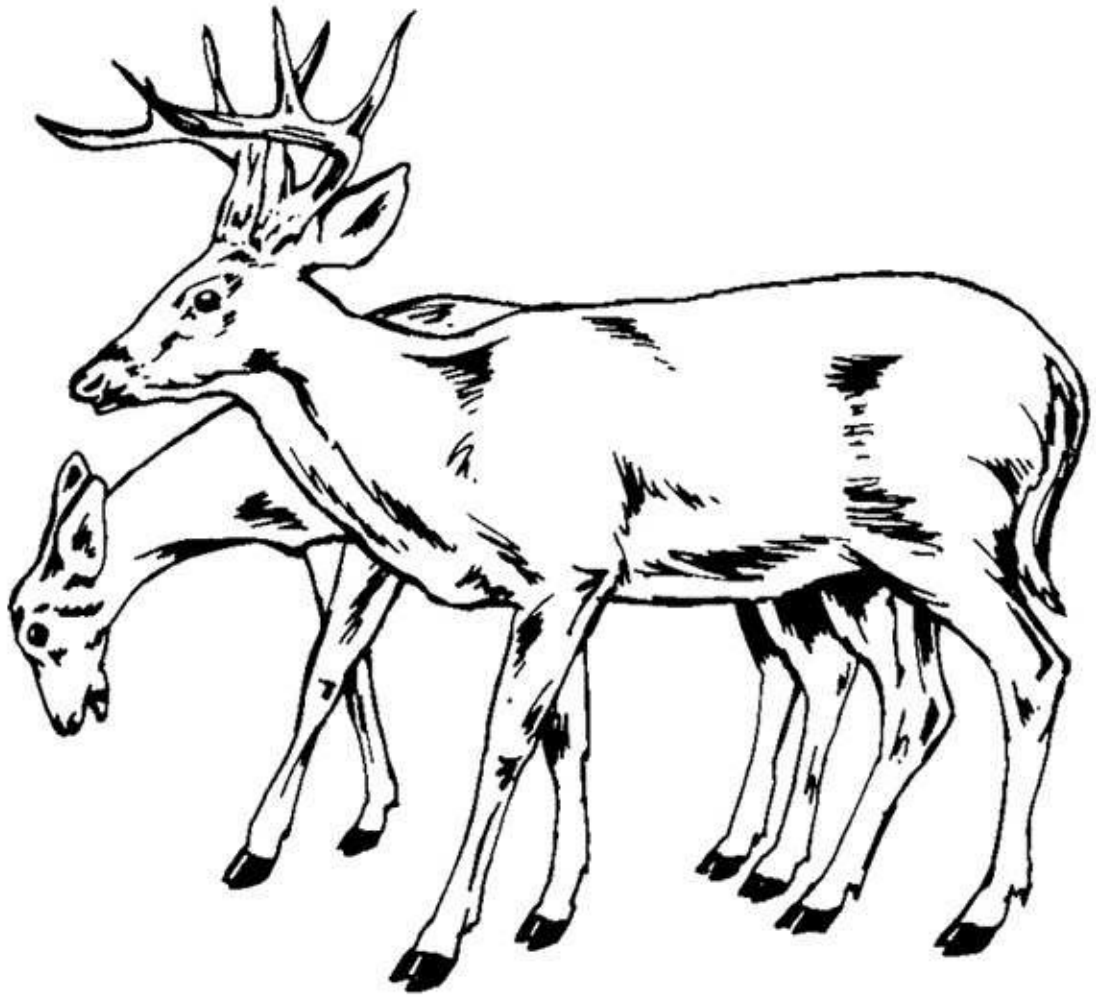
**ÇAKAL**

AÇILIŞ KONUŞMASI: Bilgelik ve Delilik

ENERJİ DÖNGÜSÜ: Yıl boyu

Çakal inanılmaz derecede uyum sağlayabilen bir hayvandır ve bu hayvanla ilgili Kızılderili efsaneleri zengin ve bol miktardadır. O, yaratıcı ve şakacıdır. Çakalla birçok sihir ilişkilendirilmiştir, ancak sihir her zaman işe yaramaz. İşe yaramasa bile, bir amaca hizmet eder. Çakal söz konusu olduğunda her zaman gizli bir bilgelik vardır.

Birçok açıdan, ovalarda yaşayan Kızılderililer için çakal neyse, Kuzeybatı halkı için de karga odur: yaratıcı, öğretmen ve büyünün koruyucusu. Her ikisi de oyunseverdir ve eğlenmeyi sever. Her ikisi de beceriklidir, ancak genellikle bir şeyler ararlar.



Kendi becerilerini kullanmayı gerektirmeyen yolları ararlar. Genellikle kestirme yollar bulmaya çalışırlar. Her ikisi de bize çok ciddiye almamamız gerektiğini ve her şeyin mümkün olduğunu hatırlatır.

Çoğu zaman birçok öyküde, çakal işleri gereğinden fazla karmaşık hale getirir. Eğer çakal sizin için bir totem haline geldiyse, kendinize bazı sorular sormak isteyebilirsiniz. Siz veya çevrenizdekiler çok mu ciddi davranıyorsunuz? Oyun zamanının sağlık için gerekli olduğunu mu unuttunuz? Hayatınızın bazı alanlarında gerçekten basit olan şeyleri mi karmaşıklaştırıyorsunuz? Biri size oyun mu oynuyor?

Çakal, bilgelik ve aptallığın dengesini ve ikisinin nasıl el ele gittiğini öğretir. Bilge aptal imgesi birçok toplumun geleneklerinde kullanılmıştır. Bu, saf gibi görünen ancak sözleri ve eylemleri ilk başta fark edilenden çok daha büyük bir bilgelik taşıyan kişidir. Hayatınızın ve olaylarının bilgeliğini göremiyor musunuz? Çakal size yardımcı olacaktır.

Tarot destesinde Aptal kartı bulunur. Bu kart, toteminde çakal bulunan herkes için meditasyon yapmaya uygundur. Enerjileri sadelik ve güvenle bağlantılıdır. Hayatın karmaşasında dengeyi geliştirmek için bir karttır. Masumiyeti canlandırır ve yeniler, dünyaya karşı çocuksu bir bilgeliği yeniden uyandırır. Bize gerçek bilgelik öğretmenlerinin harika bir mizah anlayışına sahip olduğunu hatırlatan bir karttır.

Çakal sayesinde, zekâmızın, yaratıcılığımızın, sanatsal zihnimizin ve tüm sezgisel yeteneklerimizin yeniden uyanmasıyla, küçük çocuklar gibi olmayı yeniden öğreniyoruz.

Birçok grup tarafından ortadan kaldırılması gereken bir zararlı olarak görülmesine rağmen, yayılım alanını genişletmeyi başarmıştır. Ülkenin her yerinde bulunur. Bunu, keskin zekasını ve uyum yeteneğini kullanarak başarmıştır. Çakal eskiden şafak ve alacakaranlıkta avlanırken en aktif olduğu zamanlardı. Bugün ise gece daha aktiftir. Bunu diğer avcılardan kaçınmak için yapar.

Çakallar genellikle işbirlikçi avlanma teknikleri kullanırlar. Küçük avları kovalarken iyi organize edilmiş bir sistemleri vardır. Kovalamaca, nöbetleşe gerçekleşir. Bir çakal dinlenirken, diğeri kovalamaya devam eder. Bu tür bir işbirliği, çakalların hayatınıza getirebileceği enerjilere işaret eder; önemli görevleri en verimli şekilde gerçekleştirmek için işbirliğini teşvik etme yeteneği. Bazen çakallar porsuklarla bile iş birliği yapmış ve birlikte avlanmışlardır; bu da çakalların duruma uyum sağlama yeteneğini yansıtır.

Çakalın uluması, en önemli özelliklerinden biridir. Genellikle öncelikle sosyal bir jest olarak kabul edilir. Yalnızlığı ifade edebilir, tehlikeye karşı uyarıda bulunabilir veya yardım çağrısı yapabilir. Duyan herkesin ruhuna dokunur ve bize ilkel bağlarımızı hatırlatır.

Çakalların inleri her yerde olabilir. Genellikle su kaynağına yakın bir tepenin yamacını tercih ederler. Çakallar genellikle her yavrulama için aynı ine dönerler, ancak nadiren yıl boyunca inlerini kullanırlar. Burası onların çalışma alanıdır. Bu tür bir davranış biçimi, çakalı totem olarak benimseyen kişilerde de yaygındır. Bir yerden çalıştıklarında en etkili olurlar, ancak kendilerini kesinlikle o yere sınırlamazlar. Bu, zihinsel uyarılmaya duyulan ihtiyaca işaret eder ve bu toteme sahip olanlar buna çok ihtiyaç duyarlar.

Çakalların çok sıkı bağlara sahip bir aile yapısı vardır. Bazen ömür boyu eşleşirler. Baba çok vicdanlıdır ve yavruların bakımına ve yetiştirilmesine katılır. Her iki ebeveyn de yavruları avlanma teknikleri konusunda eğitir. Erkek, hamilelik döneminde eşine bakar, onu korur ve besler. Anneye bir şey olursa, erkek yavruların bakımını üstlenir.

Çakal, en büyüleyici hayvanlardan biridir ve kolayca belirli bir kategoriye sığdırılamaz. Çelişkilerle doludur, ancak enerjisinin özünde, tatmin edici bir yaşam sağlayan bilgelik ve aptallık dengesi yatar.

**GEYİK**

AÇILIŞ KONUŞMASI: Zarafet ve Masumiyet - Yeni Maceralara Nazikçe Davet

GÜÇ DÖNGÜSÜ: Sonbahar ve İlkbahar

Geyikler her zaman insanlığın hayal gücünü cezbetmiştir. Avustralya hariç her kıtaya özgü olan bu hayvanlar, memelilerin en başarılı ailelerinden biridir. Her türlü yaşam alanına uyum sağlayabilmişlerdir. Bu kıtada öne

çıkan üç tür ise beyaz kuyruklu geyik, katır geyiği ve ren geyiğidir. Geyik ailesinin bir parçası olan sığın ve geyik (geyik türü) de bu çalışmada ayrı olarak ele alınmıştır.

Her geyik türünün kendine özgü nitelikleri ve özellikleri vardır, ancak genel olarak tüm geyiklerin bazı özelliklerini de paylaşırlar. Örneğin, ren geyiği yılda iki kez uzun göçler yapar; bu, onu totem olarak benimseyenlerin hayatlarında aynı düzeni kullanma ihtiyacını yansıtır. Çiftleşme dönemine sonbahar ve kış başlarında başlarlar ve bu dönemler onların en güçlü zamanlarıdır. Katır geyiği de bir gezgindir. Asla aynı yolu iki kez izlemez. Bu, doğal savunmasının bir parçasıdır ve onu avcılara karşı daha az tahmin edilebilir kılar. Bu bölümdeki bilgilerin çoğu genel olarak geyiklere ve özellikle de beyaz kuyruklu geyiğe odaklanacaktır.

“Geyik” adının kökenine dair çeşitli varyasyonlar bulunmaktadır. Bu varyasyonlar, bu toteme sahip olanların geçmiş yaşamlarına dair ipuçları sağlayabilir. Anglo-Saksonca “dear” kelimesi, hayvanlar için genel bir kelimeydi ve genellikle sadece genel anlamda kullanılıyordu. Almancada ise kökeni, yine vahşi hayvan anlamına gelen “tier” kelimesine dayanmaktadır. Ayrıca, yine vahşi hayvan anlamına gelen Sanskritçe “mriga” kelimesine de kadar izlenebilir.

Birçok kişi için geyik, avlanan en önemli hayvan olarak kabul edilir. Geyik avı, medeniyetimizi vahşi doğaya taşıyan şeydir. Geyiklerin avcıları, hatta kralları ormanın derinliklerine çekip kaybolmalarına ve yeni maceralarla karşılaşmalarına neden olduğuna dair birçok hikaye ve efsane vardır. Bunun bir örneği, Kral Arthur ve Yuvarlak Masa Şövalyeleri'nin öykülerinde bulunur. Sir Gawain, beyaz bir geyiği takip ederek birçok maceralı karşılaşma yaşar.51 Sir Thomas Malory'nin Le Marte D'Arthur adlı eserini okumak da daha fazla örnek sunacaktır .

Geyik, Budizm için de merkezi bir dini semboldür. Buda genellikle bir geyikle birlikte resmedilir ve efsaneye göre ilk vaazını bir geyik parkında vermiştir. Bu imge, geyiğin masumiyeti ve vahşi doğaya dönüşü temsil etme anlamını yeniden vurgular.

Beyaz kuyruklu geyik, Amerika Birleşik Devletleri'nde en yaygın olanıdır. En belirgin özelliklerinden biri, erkeklerde gelişen boynuzlarıdır. Geyik ailesinin diğer üyelerinde, yani ren geyiği ve karibuda, hem erkek hem de dişilerde boynuz gelişir. Boynuzlar sağlam yapıdadır.

Kemikten oluşurlar ve her yıl dökülürler. Boynuzlar gözlerin arkasında büyür ve çok koruyucudurlar.

Beş yaşına kadar her yıl boynuzları daha da büyür ve daha fazla uç çıkarır. Vahşi doğada bir geyikle karşılaşırsanız, uç sayısını saymaya çalışın. Bu, geyiğin sizin için ne kadar önemli olduğunu anlamanıza yardımcı olacaktır. Unutmayın ki numeroloji, özü tanımlamaya yardımcı olabilir.

Geyik boynuzları, antenlerin ve daha yüksek bilinç biçimleriyle olan bağlantıların sembolüdür. Bu nedenle boynuzlu geyikler, iç düşüncelerinize ve algılarınıza dikkat etmeniz gerektiğinin bir işareti olabilir, çünkü bunlar muhtemelen düşündüğünüzden daha doğrudur.

Geyik boynuzları her yıl dökülür ve her yıl daha büyük ve daha fazla uçlu olarak yeniden çıkar, bu işlem beş yıl sürer. Eğer hayatınıza bir geyik girdiyse, önümüzdeki beş yıl boyunca yeni algıların ve algı düzeylerinin gelişmesini ve genişlemesini bekleyin. Bu, önümüzdeki birkaç yıl içinde yavaş yavaş yeni bir büyümenin teşvik edilmesi için fırsatlar olacağının bir göstergesi olabilir.

Boynuzlar gözlerin arkasında büyür ve bu da yine algının keskinliğinin sembolizmine işaret eder. Boynuzlar döküldüğünde, kalsiyumu özümsemek için onları kemiren geyikler ve kemirgenler tarafından yenir.

Bir veya iki yavru doğar. Yavrular, onları koruyan ve gizleyen bir renkte doğarlar. İlk birkaç gün neredeyse hiç hareket etmezler ve anne onları sık sık emzirir. Bu, bu toteme sahip olanlar için çok önemlidir. Birçok toplum, yeni doğanla belirli bir süre birlikte kalmanın önemini öğretmiştir. Ziyaretçilere, babadan başka hiçbir aile üyesine yeni doğanla temas izni verilmezdi.

Günümüzde bile İslam dininde, belirli bir süre emziren bir anne, biyolojik çocuğu olsun ya da olmasın, o çocuğu kendi çocuğu olarak kabul eder. Bu tür bir ilgi ve ayrıcalık, çocuğun aileyle daha güçlü bir bağ kurmasını sağlar ve yenidoğanı dışarıdan gelebilecek ince etkilerden korur.

Yeni annelerin bir haftalık bebekleriyle kalabalık alışveriş merkezlerinde ve mağazalarda dolaştığını görmek beni her zaman rahatsız etmiştir. Dışarı çıkma isteğini anlıyorum, ancak bu, insan vücudunun ince enerji etkilerine dair bir anlayış eksikliğini ortaya koyuyor. Auralarımız veya enerji alanlarımız elektromanyetiktir ve diğer insanlarla ve yerlerle enerji alışverişi gerçekleşir. Bir çocuğun bir alışveriş merkezinde maruz kaldığı enerji türü güçlü etkilere sahip olabilir. Bu konuda bugüne kadar önemli bir çalışma yapılmadı ve gerçekten araştırılması gereken bir alan. Çocuğun enerjisi güçlü ve sağlam bir şekilde temellenene kadar, dış etkilerden korunmalıdır.

Geyik bizi o eski öğretilerin temel bilgeliğine geri götürüyor. Çocuğu birçok insana ve diğer yabancı enerjilere maruz bırakmadan önce onunla güçlü ve sağlıklı bir bağ kurmamız gerektiğini hatırlatıyor. Aile birimleri ve gençlerin sağlığı için doğal ve uygun bir geleneğin var olduğunu hatırlatıyor. Bu, çocuğun en iyi çıkarı içindir.

İlk birkaç günün ardından, yavru genellikle ayakta durabilir ve annesini takip edebilir. Dişi yavrular bir yıla kadar anneleriyle kalabilir. Erkek geyik ise genellikle birkaç ay sonra ayrılır. Baba, yavruların yetiştirilmesinde

hiçbir rol oynamaz; her şey annenin sorumluluğundadır. Bu, geleneksel aile birimine ve rollerine yavaşça geri dönmemiz için bir hatırlatma olabilir. Eğer geyik hayatınızda ortaya çıktıysa, bu, şu anda sizin için en faydalı olacak rolden çok uzaklaştığınızı gösterebilir.

Geyiklerin duyuları çok keskindir. Görme duyusu uzaktaki nesneleri net bir şekilde görebilecek şekilde tasarlanmıştır. Özellikle loş ışıkta kontrastları ve kenarları tespit etmede çok etkilidir. İşitme duyusu da aynı derecede keskindir. Geyiği totem olarak benimseyen herkes, ince hareketleri ve görünüşleri algılama yeteneğinin giderek arttığını fark edecektir. Doğrudan söylenmeyenleri duymaya başlayacaklardır.

Hayatınıza geyikler girdiğinde, kendinize ve başkalarına karşı nazik olmanın zamanı gelmiştir. Yeni bir masumiyet ve tazelik uyanmak veya doğmak üzeredir. Yeni maceraların nazik ve cezbedici bir cazibesi olacak. Kendinize önemli sorular sorun. Bir şeyleri zorlamaya mı çalışıyorsunuz? Başkaları mı zorluyor? Kendinize karşı çok eleştirel ve umursamaz mı davranıyorsunuz? Geyikler ortaya çıktığında, size yeni macera kapıları açacak nazik bir sevgi ifade etme fırsatı vardır.

**KÖPEKLER**

AÇILIŞ KONUŞMASI: Sadakat ve koruma

ENERJİ DÖNGÜSÜ: Yıl boyu

Köpekler evcilleştirilmiş köpekgillerdir. Soyları çakallar ve kurtlardır ve bu nedenle onlar da incelenmelidir. Köpekler insanlara sadık koruma sağlayan yoldaşlardır. Her köpeğin ve her ırkın kendine özgü nitelikleri vardır. Birçok ırk belirli amaçlar ve işlevler için tasarlanmıştır. Irkınızın tarihini incelemek, bu totem için özel olan enerji türünü tanımlamanıza yardımcı olacaktır.

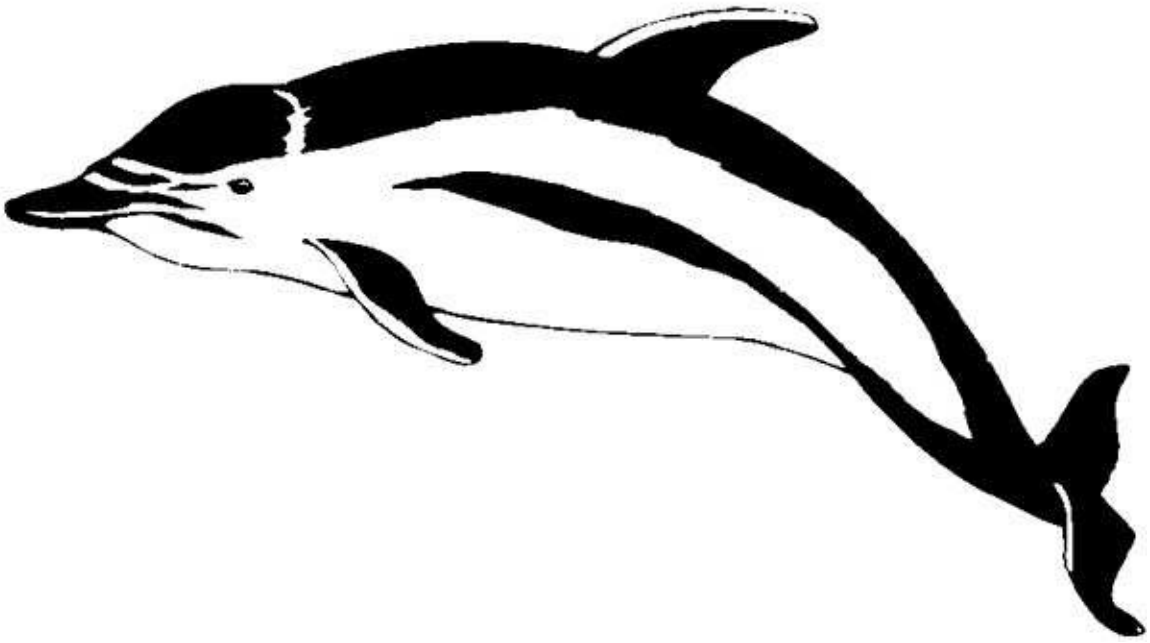
Farklı köpekler farklı anlamlar ifade eder. Çoban köpekleri koruma amaçlı ve evcil çiftlik hayvanlarının sürülmesinde yardımcı olmak için yetiştirilmiştir. Bazı köpekler özellikle avcılık ve avı geri getirme gibi sportif faaliyetler için yetiştirilmiştir. Bu nedenle, suya olan sevgileri, koşma ihtiyaçları vb. gibi kendilerine özgü özelliklere sahip olabilirler. Bazı köpekler ise çeşitli ırkların özelliklerini bünyesinde barındırarak melezdir ve her birimizin eşsiz olduğunu hatırlatır.

Irkınızın ve köpeğinizin bireysel özelliklerini inceleyin. Bu, onunla ilişkili enerji hakkında çok şey ortaya çıkaracaktır. Bireysel kişiliğini inceleyin. Çoğu zaman nasıl davranıyor? Bu sizin hakkınızda ne söylüyor? Kitabın başlarında, dört köpeğimin nasıl benzersiz olduğunu ve davranışlarını kendim için nasıl mesaj olarak kullandığımı örnek vermiştim. Genellikle mesafeli ve yalnız olan köpeğim Cheyenne, çok arkadaş canlısı olup benimle oynamak için ısrar ederse, bu genellikle biraz ara vermem, sosyalleşmem ve biraz oynamam gerektiğini gösterir. Hayvanlarımız bize çok şey anlatabilir.

Çoğu Amerikan yerli kabilesi korunma ve uyarı amacıyla köpek besliyordu, ancak köpekler diğer toplumlarda da sembolik bir öneme sahipti.

Hindistan'da köpek, küçüğün büyüğe dönüşmesini yansıtan tüm kast sistemlerinin sembolüdür. Erken Hristiyanlıkta (çoban köpeğinde olduğu gibi) koruyuculuğun sembolüydü ve hatta rahip için bir alegoriydi. Yunanistan'da ölülerin mekanının yoldaşı ve koruyucusuydu. Ayrıca köpekler çok şefkatli ve besleyici ebeveynler oldukları için anneliğin de sembolü olmuştur.

Bir köpeğin ruhunu kırmak çok zordur. İstismara uğradığında bile sevme yeteneği muazzamdır. Sevme ve birlikte olma azmi ve kararlılığı eşsizdir.



Arkadaşım harika.

Köpeğinizi inceleyin. Bu size burada anlatılabileceklerden çok daha fazlasını söyleyecektir. Eğer köpek hayatınıza bir totem olarak girdiyse, kendinize

bazı sorular sorun: Bu, arkadaşlığa olan ihtiyacınız veya eksikliğiniz hakkında ne söylüyor? Sadık mısınız? Çevrenizdekiler sadık mı? Koşulsuz sevgi gösteriyor musunuz, yoksa alıyor musunuz? Bölgenizi daha fazla korumanız mı gerekiyor? Biraz daha oyun oynamanız mı gerekiyor?

Kendinize sadık mısınız? Ruhunuzun desteğe ihtiyacı var mı? Peki ya çevrenizdekiler? Bölgelerinizi inceleyin. Köpek kendi bölgesini bilir ve eğer ortaya çıkmışsa, enerjisi ve dersleri sizi kişisel olarak etkileyecektir.

Köpek, sadakati ve arkadaşlığı yansıtan güçlü bir totemdir. Bireylerin vahşi hayvanlardan ziyade evcil totemlerle çalışmaya başlamaları çoğu zaman daha kolaydır. (Yukarıdaki resimde yazarın kendi dört köpeği görülmektedir: Cheyenne, Akasha, Avalon ve Kodi.) **YUNUS (Yunuslar)**

AÇILIŞ KONUŞMASI: Nefes ve Sesin Gücü

ENERJİ DÖNGÜSÜ: Yıl boyu

Yunus, deniz memelisidir. Birçok insan yunusları ve balinaları balık sanır, ancak balık değillerdir. Yavrularını emzirirler ve memelileri diğer hayvan türlerinden ayıran özelliklerin çoğunu taşırlar. Yunus ailesinin en büyük üyesi olan katil balina da sabır özelliğini bünyesinde barındırır.

Yunusların denizde yaşamaları çok önemli bir gerçektir. Birçok efsane, yaşamın ilk sularında nasıl başladığından bahseder. Su, yaratılışın, tutkunun ve hatta cinselliğin sembolüdür. Tüm yaşamın elementidir. Yeni boyutların ve güçlerin sembolüdür.

Yunuslar, yeni yaratımların ve boyutların kapılarını büyük ölçüde açabilirler. Su yaşam için elzemdir, ancak nefes de öyle. Nefes alma konusunda, nefesin doğru kullanımının bilinç durumlarını nasıl değiştirebileceğini ve kişinin kendini yeni boyutlar ve yaşamla nasıl uyumlu hale getirebileceğini öğreten birçok teknik mevcuttur.

Nefes alma tekniklerini öğrenmek, daha tutkulu ve cinsel olmanıza, ayrıca beden, zihin ve ruhunuzu iyileştirmenize yardımcı olabilir. Örneğin, yunusların su yüzüne çıkarken kullandığı nefes verme hareketini taklit ederek gerginlik ve stresi azaltabilirsiniz. Akciğer ve solunum problemleri olan kişiler, yunus tıbbıyla uyum sağlayarak büyük fayda görebilirler.

Yunusların nefes alışlarında ve yüzmelerinde bir ritim vardır. Yunus gibi nefes almayı öğrenmek faydalı olabilir. Nefes kontrolü, yunusun gücünün anahtarıdır. Nefes alıp verme yoluyla kendinizi yunusla uyumlu hale getirebildiğinizde, yunus sizi dünyanın büyük bir bölümünü kaplayan büyük denizlerden önce var olan tüm yerlere ve zamanlara götürebilir. Yunus sizi yeraltı mağaralarına ve benliğinizin ilk başlangıçlarına götürebilir.

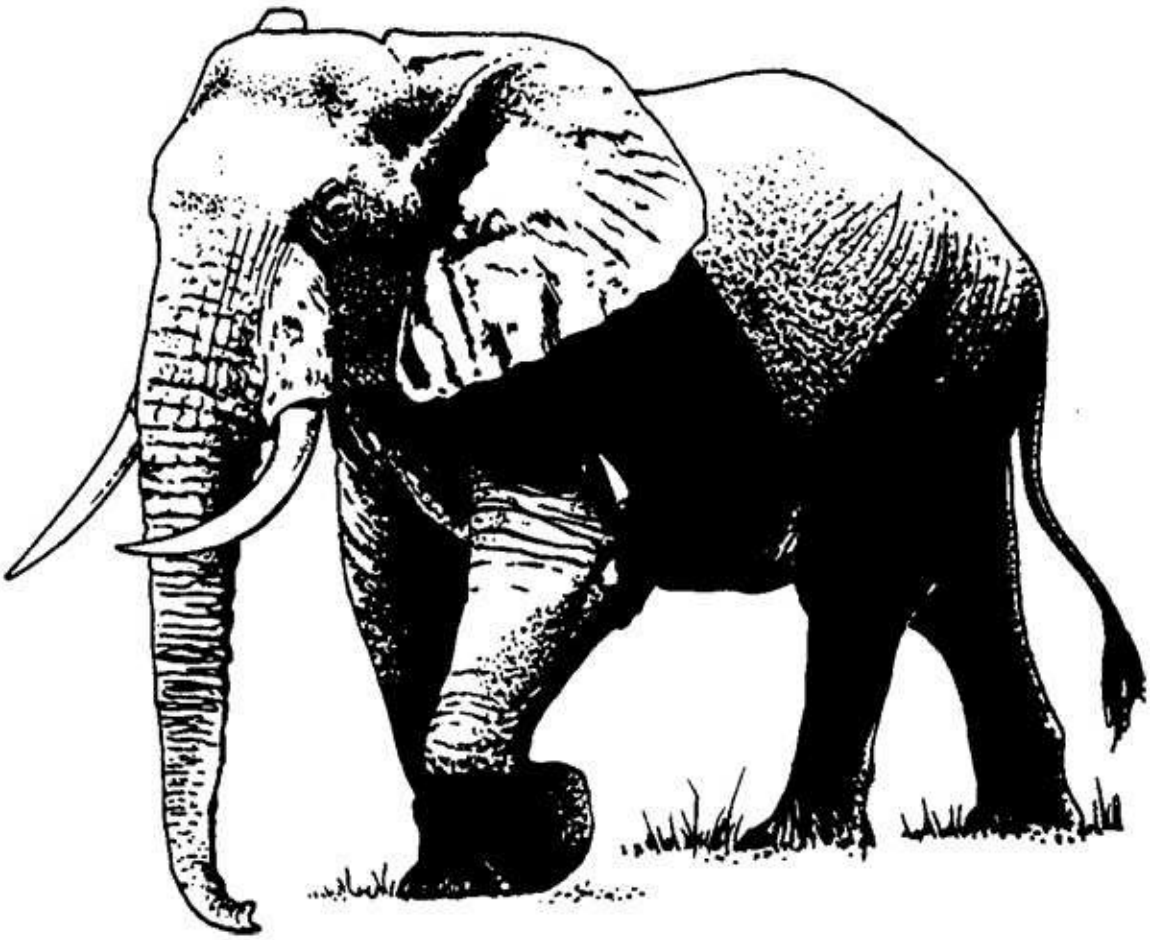
Dolphin ayrıca sonar özelliğine de sahip. Bir dizi tıklama sesi kullanıyor ve bu seslerin yankılanmasıyla oluşan geri bildirimlere yanıt veriyor.

Ses, nefes ve su, tüm yaşamın kaynakları olarak kabul edilir. Ses, yaratıcı yaşam gücüdür. Ses, sessizliğin rahminden doğmuş ve her şeyi yaratmıştır. İçsel sesler yaratmayı öğrenmek ve böylece dışsal tezahürler oluşturmak, yunusların öğretebileceği şeylerden biridir.

Ses nefes gerektirir ve su, nefes ve sesi birleştirmeyi bilirsek her türlü tezahüre dönüştürebileceğimiz, şekillenmemiş yaratıcı bir unsurdur. Sesin ve nefesin kutsallığı birçok toplumda öğretilmiştir. Babil kozmolojisinde, tanrıça Tiamut tarafından yaşam sularında yaratılan tanrılar, o onları çağırana kadar var olmamışlardır.

Yunus, size yaşam sularına nasıl gireceğinizi ve ardından nefes ve sesle sudan en çok ihtiyaç duyduğunuz veya arzuladığınız şeyi nasıl çağıracağınızı gösterebilir. Tezahür için gerekli olan nefes alma ve seslendirme teknikleri vardır. Bunları doğru kullanmazsak, dualarımızın cevapsız kaldığını ve olumlamalarımızın anlaşılmaz bir şekilde tezahür ettiğini görürüz. Yunus

bize bunu nasıl doğru yapacağımızı gösterebilir. (Bu konuda daha fazla bilgi için önceki çalışmam olan Kutsal Sesler'e de bakabilirsiniz.) Yunus, ilk Hristiyanlar için kurtuluşun sembolüydü. Yunanlılar için ise tanrıların kutsal bir habercisi, dinamik bir varlıktı.



Denizin kutsal sembolü. Bu nedenle nadiren öldürülürdü. Yunuslar genellikle özgeci davranışlar sergiler. Büyük bir beyne ve üstün bir zekaya sahiptirler. Bugün bile, onları öldürmek isteyen insanlardan çekinmek yerine, onların arkadaşlığından hoşlanırlar ve merakları onları insanlara yaklaştırır.

Eğer yunus toteminiz olarak ortaya çıktıysa, kendinize bazı önemli sorular sorun. Sözleriniz ve düşünceleriniz sizin için ne yaratıyor? Emin değilseniz,

yunus ortaya çıktığında bunu kısa sürede keşfedeceksiniz. Dışarı çıkıp temiz havanın tadını çıkarıyor musunuz? Gerginliklerinizi içinizde mi tutuyorsunuz? Başkaları mı? Yunus ortaya çıktığında, kendinize yeni bir hayat nefesi vermenin zamanı gelmiştir. Dışarı çıkın, oynayın, keşfedin ve en önemlisi nefes alın.

**FİL**

AÇILIŞ KONUŞMASI: Kadim Güç, Kuvvet ve Krallık

ENERJİ DÖNGÜSÜ: Yıl boyu

Fil, yaşayan en büyük kara memelisidir. Bu kıtaya özgü olmamasına rağmen, birçok insan için önemli bir totem haline geldiği için onu listeye dahil ettim. Kökeni mamutlara dayanmaktadır. Günümüzde varlığını sürdüren iki türü vardır: Hint ve Afrika fili. Afrika fili daha büyüktür ve kulaklarının şekli farklıdır.

Filin etrafında çok sayıda efsane ve hikaye vardır. Tüm filler arasında beyaz fil en kutsal kabul edilir. Bu, genellikle beyaz bufalo ile ilişkilendirilen Kızılderili geleneklerinde yansıyan kutsallığa benzer. Büyük öğretmenlerin ve üstatların annelerinin beyaz fillerle ilgili rüyalar gördüğü söylenir. Buda'nın annesiyle ilgili bir hikaye, rüyasında beyaz bir filin rahmine girdiğini anlatır.

Hindistan ve Güneydoğu Asya'da filler kutsal kabul edilir ve filin sembolizmi çok yönlüdür. Soyluluğun ve doğurganlığın sembolüdür. Hindu bilgelik ve başarı tanrısı Ganesha genellikle fil başlı olarak tasvir edilir. Tanrı Indra'nın da filin rol oynadığı çeşitli rolleri olmuştur.

Tanrıların kralı olarak fil, kraliyet bineğiydi. Savaşçıların tanrısı olarak fil, Indra'nın en güçlü silahıydı. Yağmur tanrısı olarak Indra, muson yağmurlarını başlatmak için gri fili kullanırdı.

Filler, onlarla tanışmayanlar için hem garip hem de korkutucu hayvanlardır. Ortalama bir insanın filler hakkında inandığı şeylerin çoğu yanlıştır. Fareler onları korkutmaz. Farenin hareketine değil, sesine tepki verirler. İyi bir hafızaları olsa da, bir filin asla unutmadığı fikri yanlış anlaşılmıştır. Aslında bu, zarar veren birini asla unutmamak anlamına gelir. Fırsat bulduklarında intikam almaya çalıştıkları da bilinmektedir. Ayrıca fillerin ölmeye gittiği özel yerler olan fil mezarlıkları da yoktur. Bu hikayeler çok mistik ve semboliktir. Filler ölüler ve ölmekte olanlarla ilgilenir, hatta üzüntü bile gösterirler.

Fil, son derece hayırlı bir sembolizme sahiptir. Gücü ve kudreti, özellikle de cinsel dürtülerin gücünü temsil eder. Erkek filler kızgınlık döneminde daha kolay kontrolden çıkabilirler. Bu nedenle fil, büyük bir cinsel gücün sembolü olarak görülür.

Filler ve bulutlar, boyutları, renkleri ve şekilleri nedeniyle birbirleriyle ilişkilendirilmiştir. Bulutların sembolü olarak görülmüşler ve birçok kişi fillerin bulutları yarattığına inanmıştır. Fil totemine sahip olanlar, bulutların sembolizmini ve önemini incelemelidir. Genel olarak, bulutlar, oluşmuş dünyaları oluşmamış olanlardan ayıran sisin sembolüdür. Neptün, kehanet, doğurganlık ve hatta aile ile ilişkilendirilmişlerdir. Sürekli bir başkalaşım halinde oldukları için, fil totemine sahip olanlar için de aynı şeyi yansıtabilirler.

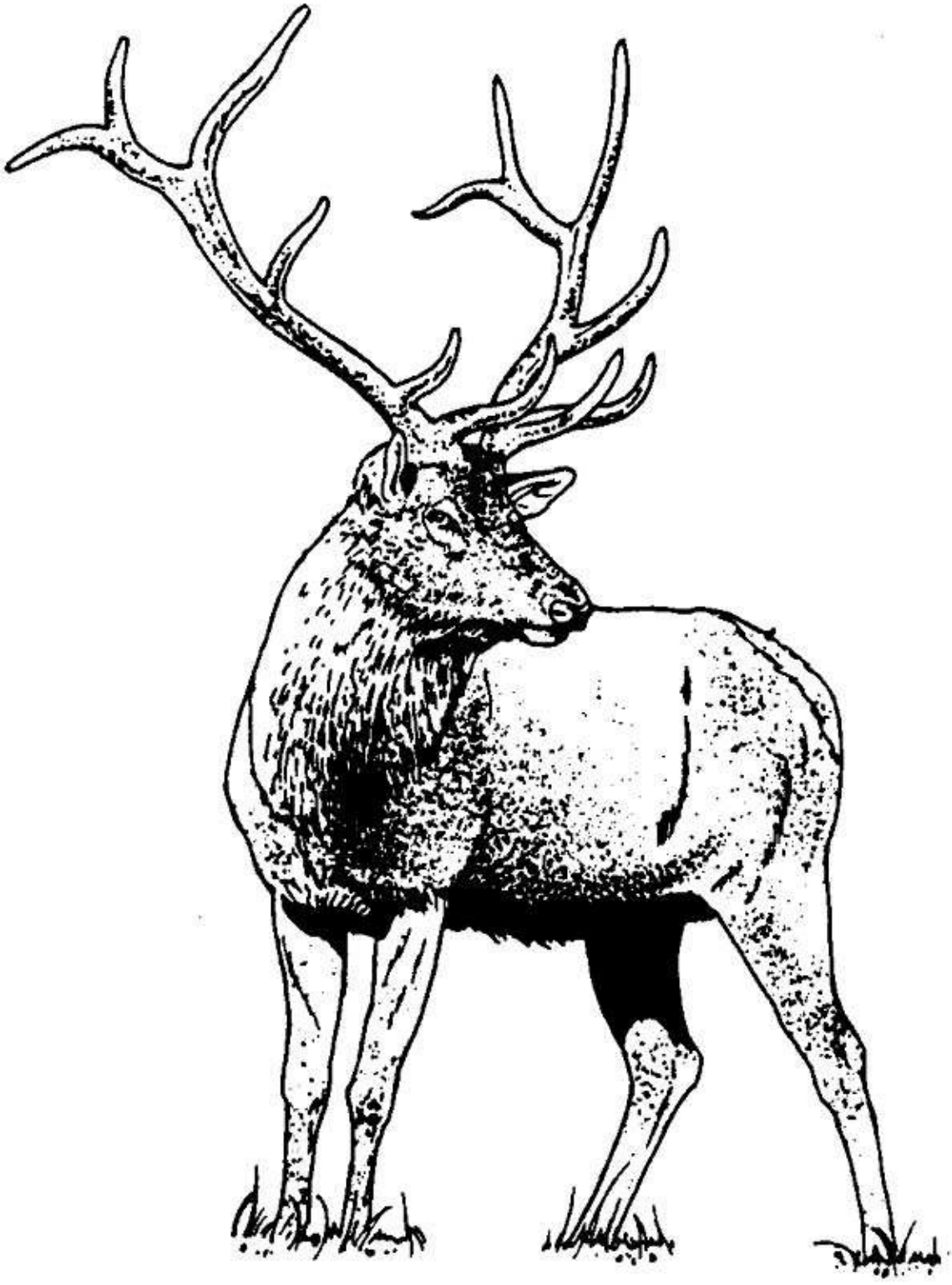
Geçmişte birkaç kez yaz aylarında açık havada düzenlenen psişik etkinliklere katıldım. Bu etkinliklerde, değişiklik olsun diye, bulut oluşumlarını kullanarak psişik enerjileri harekete geçirmek amacıyla "bulut okumaları" yaptım. Kişinin ellerini tutar, gökyüzüne bakar ve bulut oluşumlarında gördüklerimi ve bunların kişinin hayatına nasıl yansıdığını anlatırdım. Eğlenceli ve hoş bir değişiklikti. Bunu her yaptığımda, ilk gördüğüm şeylerden biri fil şeklinde bir bulut oluşumuydu. Bağlantıyı anlamam yıllar sürdü.

Filin en belirgin özelliklerinden biri hortumudur. Filin görme yeteneği nispeten zayıf olduğu için, koku alma duyusuna büyük ölçüde güvenir. Hortumu aracılığıyla kokuları içine çeker ve kokulardan ayırt eder. Koku alma duyusu, uzun zamandır daha yüksek düzeyde ayrımcılığın sembolü olmuştur. Fil totemine sahip olanlar, neyin iyi neyin kötü koktuğuna dikkat etmelidir. Gerektiği gibi ayrım yapmıyor musunuz? Başkaları yapıyor mu? Bir şey garip mi kokuyor? Bir şeylerin kokusu doğru olmasa bile tepki vermiyor musunuz?

Fil totemine sahip olanlar için, tütsü ve kokulu yağlarla çalışmak güçlü ve etkili bir araç olabilir. Aromaterapi incelenmeli ve kullanılmalıdır. Yağlar ve kokular, bilincinizi en etkili şekilde değiştirmenizi sağlayacaktır. Koku alma duyusu aynı zamanda cinsel dürtüyle de güçlü bir şekilde bağlantılıdır. En güçlü uyarıcılardan biridir. Kokular, bu toteme sahip olanlar için afrodizyak etkisi yaratabilir. Baştan çıkarmanın veya baştan çıkarılmanın güçlü bir yolu olabilir. Bu, fil sembolünün cinsel bir sembol olarak önemini daha da artırır.

Fillerin hortumu çok yönlüdür ve içmek, yıkanmak ve savunma için kullanılır. Filler hatta hortumlarıyla birbirlerine dokunarak selamlaşırlar. Hortumun iki parmak benzeri uzantısı vardır. Bu özel burun ve üst dudak kombinasyonu, onu neredeyse bir el gibi çalışır hale getirir. Bununla, normalde ulaşamayacakları dalları, yaprakları ve otları yiyebilirler. Bu da, filin uyardığı koku alma duyarlılığının artmasıyla, aksi takdirde erişilemeyen enerjilere ve dünyalara açılabileceğinizi yansıtır.

Fillerin bir diğer önemli parçası da fildişidir. Ne yazık ki, kaçak avcılar sırf fildişi dişlerini kesmek için inanılmaz sayıda Afrika filini öldürüyor. Fil totemine sahip olan herkes için, fildişinin manevi ve metafiziksel açıdan önemi büyüktür.



İncelenmelidir. Fil dişleri hem silah hem de yenilebilir kökleri kazmak için alet olarak kullanılır. Bu, file yerin altındaki ve üstündeki şeylerle bağlantı

kurma olanağı sağlar; bitkiler ve kökler hakkında bilgi sahibi olmasını sağlar.

Fil toplumu yaş ve cinsiyete göre bölünmüştür. Dişi filler ve yavruları, bilge yaşlı bir dişi filin önderliğinde, tamamen dişilerden oluşan sürüler halinde yaşarlar. Bu, yaşamdaki dişil enerjinin üç biçimine dair kadim geleneği yansıtır: çocuk, anne ve yaşlı bilge kadın. Bu üç biçim, yaşam ve evrenin gizemli öğretilerinin var olduğu çoğu toplumda bulunmuştur.

Erkek filler zaman zaman dişi sürülerine katılırlar. Bu genellikle sadece çiftleşme içindir. Zamanlarının geri kalanında genellikle daha yaşlı ve güçlü bir erkek filin yönettiği bekar erkek sürülerinde yaşarlar. Bu durum dünyanın birçok toplumunda tekrarlanmıştır. Hem erkeklerin hem de kadınların kendi toplumları ve fillerle ilgili kutsal öğretileri vardı.

Filler birbirlerine karşı büyük bir sevgi ve sadakat gösterirler. Daha büyük yavrular daha küçük kardeşlerine yardım eder. Yetişkin filler hasta veya yaralı yoldaşlarına yardım eder. Fillerde gerçek toplumların idealleri bulunur.

Fil totemini benimseyenler genellikle güçlü aile ve toplumsal idealleri yeniden tesis etme fırsatı bulacakları bir konumda bulunurlar. Gençlere karşılıklı özen göstermek, yaşlılara ve hastalara saygı duymak, kendi benliğinizde güçlü olmak; bunlar büyük bir insanın veya büyük bir toplumun temelleridir. Eğer fil size geldiyse, bunu kendi hayatınızda veya başkalarının hayatında kurmak için çalışma fırsatınız olacak. Eğer fil size geldiyse, en kadim bilgelik ve güce başvurmaya hazırlanın. Kendinize veya başkalarına en kadim asaletinizi geri kazanmanızda yardımcı olma fırsatınız olacak.

**ELK (Wapiti)**

AÇILIŞ KONUŞMASI: Güç ve Asalet

GÜÇ DÖNGÜSÜ: Sonbahar

Geyik, Kuzey Amerika'nın en asil hayvanlarından biridir. Güçlü ve kuvvetlidir. Bir zamanlar Kuzey Amerika'nın her yerinde bulunurdu, ancak 1800'lerin sonlarına doğru Amerika Birleşik Devletleri'nin doğusunda nesli tükendi. Bugün koruma altındadır ve batıdaki dağlar ona yaşam alanı ve sığınak sağlamaktadır.

Şavani Kızılderilileri bu hayvana wapiti adını vermişlerdir ki bu muhtemelen daha uygun bir isimdir. Beyaz yerleşimciler ise ona, aslında geyik türüne daha çok benzeyen Avrupa kökenli bir akrabasının adını vererek elk (geyik) adını koymuşlardır.

Geyik, büyük bir güç, kuvvet ve dayanıklılığa sahip bir hayvandır. Uzun süre hızlı bir tempoda koşabilir. Başlıca savunma mekanizmalarından biri, avcılarından kaçmaktır. Geyikler, uzun süre boyunca güçlü bir tempoyu koruyabilirler.

Eğer hayatınıza bir geyik girdiyse, bu, yakında zirveye ulaşacağınız anlamına gelebilir. Geyikler ayrıca size kendinizi daha etkili bir şekilde nasıl ayarlayacağınızı öğretmek için de ortaya çıkmış olabilirler. Aşırıya mı kaçtınız? Çevrenizdekiler de mi? Çok erken pes mi ettiniz veya pes etmeyi mi düşündünüz? Bir şeyleri yeterince takip etmiyor musunuz? Şu anda sizin için en etkili olan uzun ve istikrarlı yol yerine, hızlı ve kolay olanı mı deniyorsunuz? Bir geyik olgunluğa ulaşmak için dört ila beş yıl sürer. Son zamanlarda yeni projeler veya görevler başlattıysanız, bunların başarı zirvesine ulaşmasını görmek için dört ila beş yıl beklemeniz gerekebilir.

Geyikler sonbaharda en güçlü dönemlerindedir. Bu, çiftleşme mevsimidir. Çiftleşme mevsimi dışında, geyikler kendi cinsiyetleriyle birlikte kalırlar; erkekler erkeklerle, dişiler dişilerle. Bazen geyikler, denge için ara sıra karşı cinsten insanlarla birlikte olmaya ihtiyacımız olduğunu hatırlatmak

için bir totem olarak ortaya çıkarlar. Karşı cinsten insanlarla ilişki kurma ihtiyacınızı ihmal mi ediyorsunuz? Sadece bir cinsiyetle mi vakit geçiriyorsunuz, diğerini ihmal mi ediyorsunuz? Karşı cinsle çok fazla zaman geçirip kendi cinsinizle yeterince zaman geçirmiyor musunuz?

Erkek geyiklerin boynu çiftleşme mevsiminde şişer ve bu şişkin sesler tüm bölgeye yayılır. Bu, bölgeyi ilan etmenin ve türün dişileriyle olan ilişkiyi teyit etmenin bir yoludur. Boyun bir köprü bölgesi, bir geçiş noktasıdır. Hepimizin karşı cinsin arkadaşlığına ihtiyacı vardır. Bu cinsel bir ilişki olmak zorunda değildir, sadece onlarla vakit geçirmek kendi enerjilerimizi dengelemeye ve daha yüksek seviyelere taşımaya yardımcı olur.

Geyiklerin çoğu yalnız veya tek başına yaşamayı tercih etmez. Genellikle kendi cinsiyetlerinden olanlarla birlikte sürüler halinde toplanır ve yaşarlar. Bir geyik ortaya çıkmışsa, bu bir tür arkadaşlık veya grup desteği ihtiyacını yansıtıyor olabilir. Geyik sürülerinin genellikle gözcüleri vardır. Bu geyikler uzun ıslıklar (böğürme) ve büyük bir kalça yamasını kaldırıp göstererek alarm verirler. Her zaman bir grup etkileşimi söz konusudur. Bazen geyikler bize sürüler veya gruplar halinde işbirliği içinde nasıl yaşayacağımızı öğretmek için ortaya çıkarlar. Her şeyi kendi başınıza mı yapmaya çalışıyorsunuz? Başkaları da mı? Tüm görevleri tek başınıza halledecek güce ve enerjiye sahip olduğunuzu düşünüyor musunuz?

Geyikler bile yavru bakıcılarından faydalanır. Bir veya iki tanesi yavruların sorumluluğunu üstlenirken, diğerleri yiyecek aramak için dolaşır. Tehdit edildiklerinde, yavrularını keskin toynaklarıyla savunurlar. En savunmasız olanlar yavrulardır ve geyikler ile sığınlar son derece koruyucudurlar. Geyik totemine sahip ebeveynler, hayali veya gerçek herhangi bir tehdide karşı çok koruyucu ve vahşi olabilirler. En yaygın yırtıcılar dağ aslanı ve boz ayıdır, ancak çakallar da sıklıkla grup halinde avlanırlar. Sağlıklı bir yetişkin olduğu sürece, geyik genellikle yırtıcılarından daha hızlı koşabilir.

Bu durum gençler ve hastalar için geçerli değildir, ancak sürü bu şekilde güçlü kalır. Geyiklerin yırtıcıları üzerine yapılacak bir çalışma, yaşamınızda tezahür etmesi muhtemel enerji türleri hakkında daha fazla bilgi sağlayacaktır.

Geyikler çoğunlukla ot ve bitki örtüsüyle beslenirler. Çok fazla göç etmezler. Kürkleri kalın ve ağırdır ve şiddetli soğuğa dayanabilirler. Hava çok kötü olursa, çok yoğun kar yağarsa, bitki örtüsünün daha kolay erişilebilir olduğu dağ eteklerinde kışı geçirebilirler.

Geyik tıbbı ile çalışan herkesin ağırlıklı olarak vejetaryen bir beslenme düzenine uyması faydalı olacaktır. Enerji seviyeleri daha yüksek olacak, stres seviyeleri azalacak ve dayanıklılık artacaktır. Kendinizi halsiz hissederseniz, geyik tıbbına başvurun. Beslenmenizi buna göre ayarlayın.

Diyetinizi değiştirin ve sadece iki üç gün içinde genel enerji seviyelerinizde önemli bir fark göreceksiniz.

**TİLKİ**

AÇILIŞ KONUŞMASI: Kamuflajın, şekil değiştirmenin ve görünmezliğin dişil büyüsü

GÜÇ DÖNGÜSÜ: Gece, Şafak ve Alacakaranlık

Tilki, gezegendeki hemen her toplumu etkilemiş bir totemdir. Kamuflaj, görünmezlik ve şekil değiştirme yeteneklerinin geliştirilmesi veya bu yeteneklerin uyanışını simgeleyen bir totemdir. Doğanın en eşsiz becerikli ve zeki hayvanlarından biridir. Hayatına girdiği kişilere bu becerilerini öğretebilir.

Dünyada 21 farklı tilki türü bulunmaktadır ve bunlar dünyanın çoğu bölgesinde ve çeşitli iklimlerde bulunabilirler. Kıyı şeritlerinde, dağlarda,

çöllerde ve Arktik bölgelerde yaşarlar. Kuzey ve Güney Amerika'da, Avrupa'da, Asya'da ve hatta Avustralya'da bile bulunurlar. Dünyada 21 farklı tilki türünün bulunması büyük bir metafiziksel öneme sahiptir.

Tarot destesinde 21. kart Dünya kartıdır. Yeni bir dünyanın açıldığını, yaratılış sürecinin başladığını yansıtan bir karttır. Dünyanın büyüdüğünü ve faydalı olacak yeni kalıplara dönüştüğünü gösterir. Totem hayvanı olarak tilkiyi benimseyenler için, bu kart üzerinde meditasyon yapmak, tilki enerjisinin yaratılışa nasıl yardımcı olacağını anlamada faydalı olabilir. Kendi dünyanızda neyin büyüdüğünü ve şekil değiştirdiğini (veya buna ihtiyaç duyduğunu) ortaya çıkarabilir.

Tilki, uzun bir sihir ve kurnazlık geçmişine sahiptir. Gece yaratığı olduğu için genellikle doğaüstü güçlerle donatılmıştır. Genellikle şafak ve alacakaranlık zamanlarında, yani sihirli dünya ile yaşadığımız dünyanın kesiştiği "Ara Zamanlar"da en çok görünür. Ormanların ve açık arazilerin kenarlarında, sınır bölgelerinde yaşar. "Ara Zamanlar ve Mekanlar"ın bir hayvanı olduğu için Periler Diyarı'na giriş için bir rehber olabilir. Bu zamanlarda görünmesi, Periler Diyarı'nın birey için açılmak üzere olduğunun bir işareti olabilir. Doğu'da, tilkilerin insan formuna bürünebileceğine inanılırdı. Eski Çin efsanelerinde, tilki 50 yaşında insan olma yeteneğini kazanır ve yüzüncü doğum gününde ya bir büyücü ya da kendisine aşık olacak kadar şanssız herhangi bir erkeği nihayetinde yok edecek güzel bir genç kız olur. “Eşlerinin tilki olduğunu tesadüfen keşfeden avcıların hikâyelerini anlatan birçok Amerikan yerli kabilesi vardır. ”52 Bu, sihrin dişil enerjiler içinde doğduğu fikrinin çok sembolik bir örneğidir ve bir erkek, kendisinde veya başkalarında dişil sihri tanıyıp onu kendi hayatını dönüştürmek için kullanmayı öğrenmedikçe, bu nihayetinde yıkıma yol açacaktır.

Çerokiler donmaya karşı tilki tıbbına başvururlar ve Hopi şamanları şifa ritüellerinde her zaman tilki derisi giyerler. Çoktavlar tilkiyi aile birliğinin

koruyucusu olarak görürlerdi. Apachiler, tilkiyi kötü ayıyı öldürmekle ve kuyruk tüylerini ateşe sokup insanlar için ateşi çalmakla ilişkilendirirlerdi. Diğer toplumlarda da tilki büyük saygı görüyordu. İran'da kutsaldı, çünkü ölenlerin cennete gitmesine yardımcı olduğuna inanılırdı. Mısır'da tilki kürkünün tanrıların gözünde lütuf getirdiğine inanılırdı. Peru yerlilerinin bir tilki tanrısı vardı. Tilkinin, kendisine hizmet edenleri ödüllendirdiğine inanılırdı.

Tilkilerin davranışları ve özelliklerinin incelenmesi, sizin için bireysel olarak temsil ettiği rol ve enerji hakkında çok şey ortaya çıkaracaktır.

Hemen hemen tüm tilkilerin sivri burunları, büyük kulakları, uzun ve kabarık kuyrukları ve uzun, ince bacakları vardır. Büyük kulaklar, ısıyı dağıttıkları için tilkinin yazın serin kalmasına yardımcı olur. Yaz sıcağıyla ilgili sorun yaşayan ve tilki totemine sahip biri için, kulaklarının arkasındaki tüyleri taramak neredeyse her zaman rahatlama sağlayacaktır.

Kuzey Amerika'da en yaygın tilki türü kızıl tilkidir, ancak tüm kızıl tilkilerin kürkü kızıl değildir. Kızıl tilkinin kürkü, tıpkı insan saçı gibi çeşitlilik gösterir. Bazılarının kürkü kızıl, bazılarınınki daha kahverengi, bazılarınınki ise siyah ve gümüş rengi olabilir. Genel olarak kızıl tilki, cinsel enerji, kundalini ve yaratıcı yaşam gücünün serbest bırakılmasıyla ilişkilendirilir. Renklerin ve sembolizminin incelenmesi, tilkinizin hayatınızdaki rolünü daha iyi anlamanıza yardımcı olabilir.

Kutup tilkisi hariç, kürk mevsimlere göre renk değiştirmez. Kutup tilkisinin kulakları da daha yuvarlak olup, soğuğa karşı daha fazla yalıtım sağlar.

Tilki postu kamuflaj görevi görür ve çoğu tilki postunda renk varyasyonları bulunur. Bu, kamuflajlı kalmalarını ve nispeten görünmez olmalarını kolaylaştırır. Tilki totemine sahip herkesin kamuflaj uygulamayı ve kullanmayı öğrenmesi gerekir.

Çevreyle uyum sağlamak, fark edilmeden gelip gitmek, niyetlerinizi belli etmeden sessizce hareket etmek, tilkinin öğrettiği şeylerin bir parçasıdır.

Bunun büyük bir kısmı, vücudunuzun etrafındaki enerji alanı olan aurayı kontrol etmeyi öğrenmekle ilgilidir. Frekansını ve yoğunluğunu ayarlayarak başkalarıyla daha fazla uyum sağlayabilirsiniz. Görünümünü değiştirerek ortama karışabilirsiniz. Bir duvara yaslanarak pratik yapın ve kendinizin (ve auranızın) duvarın rengine büründüğünü, sanki duvarla bütünleşiyormuş gibi görün.

Bir dahaki sefere bir partiye gittiğinizde, bir sandalyeye veya kanepeye oturun ve kendinizi çevresiyle mükemmel bir şekilde bütünleşen bir tilki olarak hayal edin. Unutmayın ki bir tilki en sık açık alanda görülür, bu yüzden kendinizi sandalyenin rengini ve desenini almış gibi görselleştirin. Sonra sessizce oturun ve kaç kişinin size yanlışlıkla çarptığını veya hatta sizi fark etmedikleri için üzerinize oturmaya başladığını izleyin.

Sizi orada "fark edecekler veya görecekler". Çok şaşıracaksınız.

Bir partiye veya toplantıya girerken veya çıkarken kendinizi bir tilki gibi görmeyi deneyin. Kendinizi toplantının içine karışan, eriyen biri olarak görün. Gece ilerledikçe insanların "Ne zaman geldiniz?", "Ne zamandır buradasınız?", "Geldiğinizi görmedim" veya "Ne zaman ayrıldınız?" gibi yorumlar yapmasına şaşırmayın. Tilkiyle ne kadar çok çalışırsanız, bu o kadar kolaylaşır.

Tarihi şahsiyet Merlin'in yaptıklarının çoğunu gerçekleştirmek için tilki tıbbı ve enerjisinden yararlanmış olması gerekirdi, ama o bunu gerçekten uygulamıştı.

“Merlin, yaşamı boyunca bile büyük ölçüde tarihsel gerçeklerden uzak ve hakkında hiçbir şey açıklanmamış bir figürdü... Halkın büyük çoğunluğu tarafından, bilinenler dışında, pek tanınmıyordu.

'Merlin.' Krallar tarafından çağrıldığında veya başka müttefikler bulmak için çaresizce ihtiyaç duyulduğunda, sessizce, fakir bir çoban, bir oduncu veya bir köylü kılığına girerek gelirdi. Hükümdarlar bile onu çeşitli kılıklarında tanıyamazlardı. Gizlenmeyi alışkanlık haline getirmişti.

ve uzun bir süre boyunca.” 53

Tilki totemine sahip olanlar için, kamuflaj sanatını ve bununla bağlantılı görünmezlik ve şekil değiştirme sanatlarını öğrenmek önemlidir. Tilki, sessiz kamuflaj yeteneğini kendi yararına kullanır. Pratik yaparak siz de aynı yeteneği geliştirebilir ve aksi takdirde göremeyeceğiniz ve duyamayacağınız şeyleri görebilmek ve duyabilmek için uygulayabilirsiniz.

Tilki kürkünün bir diğer yönü de tilki totemine sahip olanlar için önem taşır. Tüyler genellikle anten görevi gören psişik enerjiyle ilişkilendirilir. Tilkinin iki tür kürkü vardır. Kısa, yoğun, yünlü bir alt kürkü ve alt kürkün üzerinde bulunan uzun, daha sert koruyucu tüyleri vardır. Bu tüyler koruyucu görevi görür ve genellikle sırtında en koyu renktedir.

Saç ve kürk, enerji ve doğurganlığın kadim sembolleridir ve kürk katmanları enerji ve doğurganlık seviyelerini yansıtır. Tilkide, bireyin yeteneklerini aldığı temel enerji kaynağı alt kürktür. Dış katman ise bu enerjinin birey tarafından nasıl kullanıldığını korur ve tanımlar. Dış kürk değiştikçe, içsel yaratıcı gücün ifadesi de değişir. Tilki totemine sahip bir birey için saç çok önemli olmalıdır. Belirli seviyelerde bir değişiklik gerekiyorsa, istenen değişikliği yansıtacak şekilde saçı değiştirmeyi öğrenmek, şekil değiştirmenin başlayabilmesi için tilki enerjisini harekete geçirmeye yardımcı olur.

Tilkinin kuyruğu veya fırçası her zaman en kutsal kısmı olarak kabul edilmiştir, ancak bu her zaman doğru değildir. Tilki totemine sahip biri için

büyük önem taşır. Koşarken, tilkinin kuyruğu her zaman vücudundan dışarı doğru yatay bir konumdadır. Bu, dümen görevi görür.

Bu yatay pozisyon dişil formdur. Dolayısıyla tilki kuyruğu, dişil yaratıcı güçleri doğrudan yönlendirmenin sembolüdür. Özellikle ani ve keskin dönüşler yaparken tilki için faydalıdır. Odak noktası yaratıcı enerjilerde kalırsa, bireyin hayatındaki her türlü keskin dönüş kolaylıkla gerçekleştirilecektir.

Tilki kuyruğu aynı zamanda burnunu ve ayaklarını soğuktan koruyan bir yalıtım görevi de görür, çünkü tilki kendini kuyruğuna sarar. Tilki totemine sahip bireyler, özellikle ilişkilerde, soğuk gibi görünen her şeyden kendilerini yalıtma yeteneğine sahiptirler. Kendi içlerinde sıcak ve rahat hissedebilirler.

Tilki kürkünün genel kalınlığı, tilkinin gerçekte olduğundan çok daha büyük görünmesini sağlar. Bu, özellikle tilki totemine sahip kişiler için önemlidir. Bu kişiler, kendilerini gerçekte olduklarından daha büyük gösterme yeteneğine sahiptirler. Bu nedenle, tilki tıbbının bu yönüyle çalışma konusunda eğitim almış bir kişi, bunu kişisel korunma veya hayatının çeşitli alanlarında daha büyük izlenimler bırakmak için kendi avantajına kullanabilir.

Kışın, ayak tabanındaki parmak uçlarında kalın bir tüy demeti çıkar. Bu, ayakları sıcak tutmaya ve daha iyi tutunmaya yardımcı olur; tilki totemine sahip olanların buna dikkat etmesi gerekir.

Tilki ıslanmaktan hoşlanmasa da mükemmel bir yüzücüdür. Bu da çok önemlidir, çünkü tilki totemine sahip olanların doğuştan gelen karakteri hakkında bir şeyler söyler. Dişil enerjilerden, yaratıcı güçten yararlanmayı ve bunu dış dünyada ifade etmeyi öğrenmişlerdir. Onlar için hayatın (dişil) sularına geri dönme arzusu yoktur, ancak gerekirse bunu yapacaklardır.

Tilkinin bacakları koşmaya uyarlanmıştır. Muazzam bir dayanıklılığa sahiptirler ve bu yeteneği başkalarına da aktarabilirler. En sevdikleri yürüyüş şekli tırıstır ve yorulmadan veya yorgunluk belirtisi göstermeden sonsuza kadar tırıs koşabileceklerine inanılır. Benzer büyüklükteki az sayıda hayvan bir tilkiyi geçebilir. Tilki totemine sahip olanlar için genel sağlık ve başarı açısından tırıs temposunu öğrenmek çok önemlidir. Tilki ayrıca, ayak izleri tek bir çizgi halinde görünecek şekilde koşar. Tırıs sırasında ayaklar neredeyse birbirinin önüne doğrudan yerleştirilir. Bu, dişil enerjinin doğrudan bir ifadesini yansıtır.

Tilki, tıpkı kedi gibi, parmak uçlarında yürür ve koşar. Bu durum, tilkinin köpek ailesine (köpek) ait olması ama kediye özgü bir özelliği barındırması açısından da önemlidir. Kedi, daha fazla ifade ve hareket kazanan dişil enerjiyi temsil eder. Bu özellik, dişil ve yaratıcı enerjileri ortaya koyma ihtiyacını yansıtır.

Tilki, gerektiğinde ağaçlara tırmanma yeteneğine de sahiptir. Bu, içgüdüsel olarak yeni boyutlara geçme ve yeni kaynaklardan yararlanma yeteneğini yansıtır. Özellikle gri tilki, arka ayaklarının pençelerini kullanarak kendini yukarı iterek tıpkı bir kedi gibi ağaca tırmanma yeteneğine sahiptir.

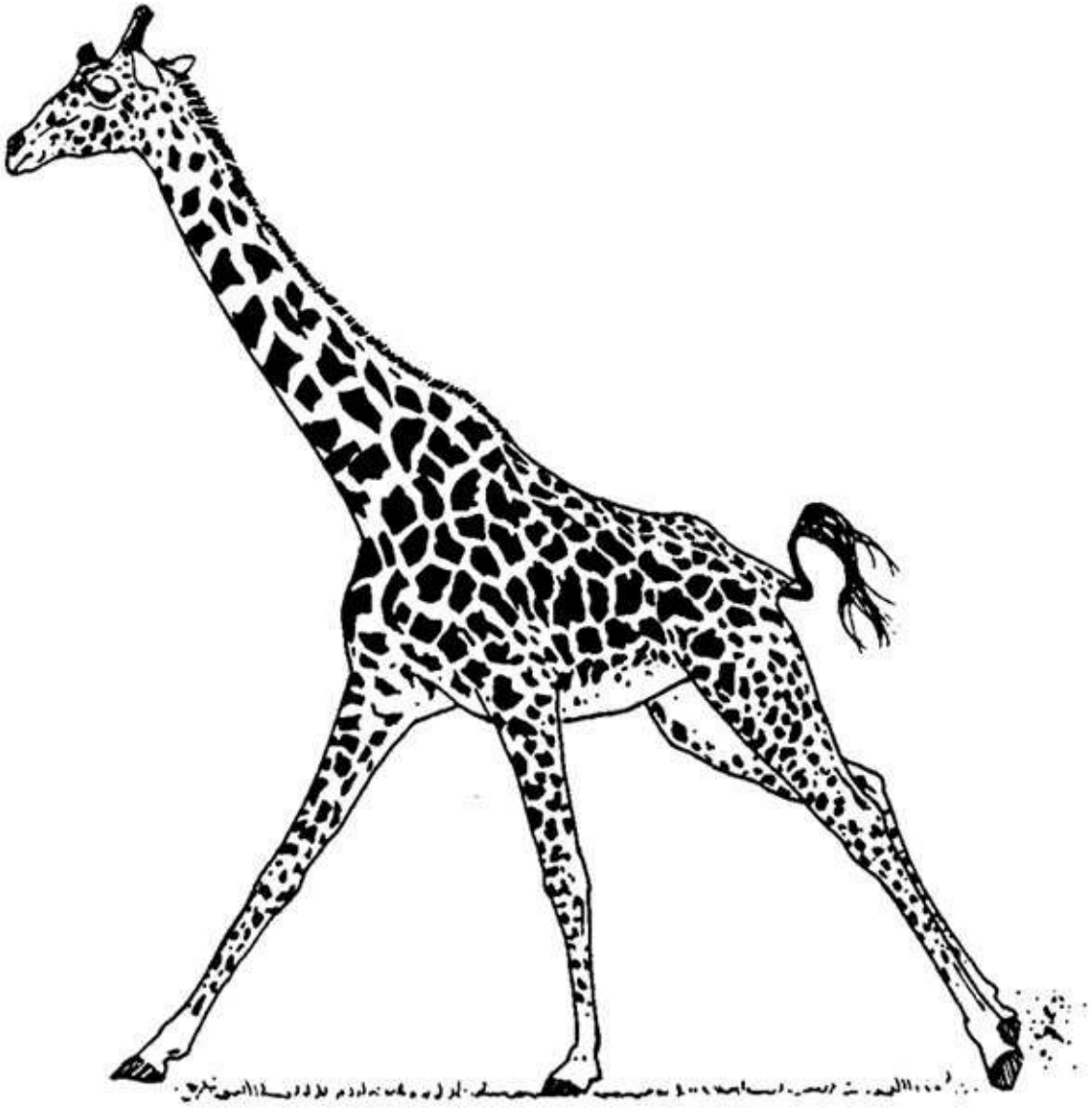
Tilkinin duyuları, onu totem olarak benimseyenlerin içindeki potansiyel hakkında çok şey ortaya koyar. İşitme duyusu çok keskindir. Adeta mini antenler gibidir. Yüz elli metreden fazla uzaktaki bir farenin cıvıltısını bile duyabilirler . Tilki totemine sahip olanlar, söylenmeyenleri ve olası fısıltıları duyma konusunda mükemmel bir yeteneğe sahiptir. Bu yetenek aynı zamanda ruhları duyma yeteneği olan durugörü ile de bağlantılıdır.

Tilkinin de mükemmel bir görme yeteneği vardır. Aslında, tıpkı bir kedi gibi elips şeklinde gözleri vardır. Renk körüdürler, ancak ışık ve karanlığın farklı tonlarını görme konusunda büyük bir yetenekleri vardır. Bu, bireye insanları çok doğru bir şekilde değerlendirme yeteneği kazandırır. Ayrıca, özellikle

alanların kenarlarında veya sınırlarında hareket eden nesneleri görme konusunda da büyük bir yetenekleri vardır. Bu nedenle, tilki totemine sahip olanların ruhları görme yeteneği geliştirmesi, yani "Ara Yerler"deki varlıkları, perileri ve elfleri görmeleri alışılmadık bir durum değildir. Bu, tilki size geldiğinde gerçekleşecektir.

Tilkinin en keskin duyusu şüphesiz koku alma duyusudur. Avlanırken diğer duyularından çok koku alma duyusunu kullanır. Tilki alışılmadık kokulara hayrandır ve tilki totemine sahip olanlar kokulara karşı güçlü tepki verir, kokulardaki ince farklılıkları algılarlar. Koku, sosyal iletişim biçimlerinden biridir; kiminle sosyalleşeceğine karar vermede kullanılır. Tilki tıbbına sahip olan herkesin aromaterapiyi incelemesi faydalı olacaktır.

Cinsel açıdan, koku duyusu en güçlü uyarıcılarından biridir ve tilki totemine sahip olanlar için uyarılma derecesi ve yoğunluğu üzerinde önemli bir etkiye sahiptir. Koku ve cinsellik arasında güçlü bir bağlantı vardır ve tilki totemine sahip olanlar için bu çok önemlidir. Cinsel enerji en yaratıcı enerjimizdir; vücuttaki kundalini enerji gücünün bir parçasıdır. Bu güç tüm faaliyetlerde kritik öneme sahiptir. Kontrol edilip yönlendirilirse, çeşitli amaçlar için kullanılabilir; en dinamik olanlarından biri de şekil değiştirme sanatıdır. Birinin hayatına totem olarak tilkinin girmesi, kundalini'nin uyanışını yansıtabilir. Tilkinin sık sık hayatına girdiği böyle bir bireyin büyük bir kapasitesi vardır.



Cinsel ifade için, bunu zengin ve çeşitli şekillerde uygulama yeteneği -çoğu zaman çok az kısıtlama ile- söz konusudur. Bu yön, doğru an gelene kadar sıklıkla gizlenebilir.

Koku alma duyusu, daha üst düzey ayrımcılık ve ayırt etme yeteneğiyle de ilişkilidir. Tilki tıbbıyla çalışan biri, her durumu koklayarak anlamalıdır. Bu, kimden uzak durulması ve kimle bağlantı kurulması gerektiğini bilmelerini sağlayacaktır. Bu kişi doğru kokuyor mu? Bu durumla ilgili garip bir şeyler mi var?

Tilkilerin çoğu tek eşlidir. Çok monogamiktirler. Ayrıca yılın yaklaşık beş ayını yalnız geçirirler. Genellikle yalnızdırlar ve çoğu zaman bu durumdan memnundurlar. Kızıl tilki dişileri (dişi tilkiler) genellikle sadece hamile olduklarında bir yuva ararlar. Mümkünse, her yıl aynı yuvaya geri dönerler, yuvayı genişletir ve daha rahat hale getirirler.

Aynı nitelik ve yuva sevgisi, tilki totemine sahip olanlarda da bulunur. Tilkiler bölgeseldir ve bu bölge içinde seyahat ederler, ancak yuvalarına, inlerine geri dönerler. Tilki totemine sahip olanlar da faaliyetlerinde bölgesel davranabilirler, ancak aynı zamanda yuvalarına dönmeye ve onu iyileştirmeye de meyilli olabilirler.

Tilki yavrularının sayısı genellikle birden altıya kadar değişir. Doğduklarında kör ve sağırdırlar, ancak büyüdükçe bu uç noktadan mükemmel görme ve işitme yeteneğine geçerler. Yavru ilk yılını atlatırsa, genellikle birkaç yıl daha yaşar ve kendi bölgesini kurar. Bu, tilki tıbbı ile ilgilenenlerin en büyük sınavlarını çocukluklarında yaşadıklarını, ancak aynı zamanda hayatta kalma sanatında en büyük içgüdüsel eğitimlerini de aldıklarını yansıtır.

Tilki, hayatta kalma konusunda usta ve harika bir avcıdır. Bölgesine yapılan tecavüzlere ve geçmişte maruz kaldığı avlanma olaylarına rağmen hayatta kalmayı başarır. İçgüdüleri mükemmeldir. Bazıları onun korkaklığı sayesinde hayatta kaldığını söylese de, bu "korkaklık" aslında tilkinin potansiyel tehlikelerden kaçınmayı öğrenmesinden başka bir şey değildir. Bunu yapmak için elinden gelen her şeyi yapar.

Tilki aslında çiftçinin dostudur, ancak birçok çiftçi onları tavuk çalmak ve öldürmekle suçlar. Genellikle bunu yapan tilki yaşlıdır ve daha zor avları avlayamaz. Tilki aslında çok sayıda böcek, cırcır böceği, çekirge ve özellikle fare ve diğer kemirgenleri tüketir. Fare, aslında en sevdiği yiyecektir ve tilki totemine sahip olanlar farenin özelliklerini de incelemelidir.

Tilki az iştahlıdır, ancak gün boyunca sık sık küçük miktarlarda yemek yiyebilir ve fazlasını yuvasında saklayabilir. Bu, tilki totemine sahip olanlar için faydalı bir beslenme alışkanlığını yansıtabilir.

Tilkiler avlanırken zarif, çevik ve çeviktirler. Aslında bir kedi gibi avlanırlar, genellikle avlarının üzerine atlayıp ön patileriyle tutarlar. Tilki kurnaz ve sabırlıdır ve doğru anı bekleyip avını dikkatlice inceleyerek kamuflaj içinde saklanır.

Tilkinin muhtemelen en zekice avlanma tekniği "büyüleyici" olanıdır. Bu teknikte, tilki avının yakınında çeşitli numaralar yaparken görülür.

Tilki zıplar, atlar, yuvarlanır ve kendi kendini kovalar, böylece avının dikkatini çeker. Bu gösteriyi yaparken, tilki avının farkına varmadan giderek yaklaşır, çünkü avı görünüşte tehdit edici olmayan hareketlerine kapılır. Sonra doğru anda, tilki sıçrar ve avını yakalar. Bu, davranışla ilişkili bir kamuflaj tekniğidir. Tilki totemine sahip olanlar, herhangi bir avı yakalamak için bu tekniği kullanabilirler.

Tilkiyle uyum sağladıkça ve onun büyüsünü öğrendikçe, her ödül sizin olabilir.

**ZÜRAFA**

ANA KONUŞMA: Uzağı Görme Yeteneği

ENERJİ DÖNGÜSÜ: Yıl boyu

Zürafa, tüm memeliler arasında en çok görme yeteneğine sahip olanıdır. Bu kıtaya özgü olmasa da, dünyanın dört bir yanındaki birçok insan zürafayı bir totem olarak deneyimlediği için tartışmaya değerdir. Bu görme yeteneği, onlara çok uzak mesafeleri görme olanağı sağlar. Bu da gelecekte olacak olayları önceden görmeyle bağlantılıdır.

Zürafanın en belirgin özellikleri elbette uzun, ince bacakları ve ince, uzun boyunlarıdır. Boyun, en dikkat çekici özelliğidir. Birçok başka hayvan için de belirttiğim gibi, boyun büyük bir sembolizm taşır. Baş ve gövde, üst ve alt kısım arasındaki bağlantı noktasıdır. Köprüdür. Tüm köprüler, yeni alemlere ve yeni algılara geçmemize yardımcı olur. Uzun boyun, zürafanın olağanüstü keskin görüşüyle birleştiğinde, uzak görüşlülük ve ufukta ne olduğunu görme konusunda güçlü bir sembol haline gelir.

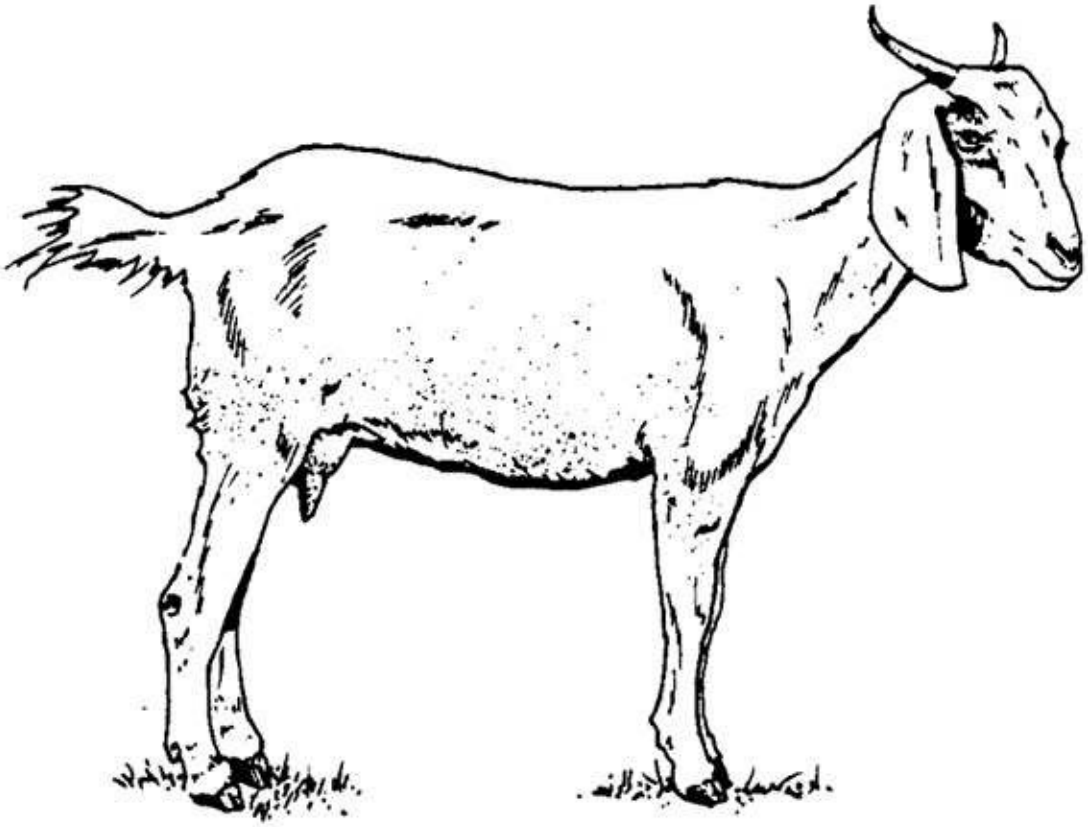
Boyun çok güçlüdür. Erkek zürafalar güçlerini test etmek için boyunlarını birbirlerinin etrafına dolandırırlar. Savunma amaçlı boyun kasları tarafından yönlendirilen bir kafa darbesinin gücü çok büyüktür. Bu, en büyük gücü elde etmek için en doğal olanı kullanmaya işaret eder.

Boğaz ve boyun aynı zamanda ifade ve iletişimle de ilişkilidir. Zürafa, ara sıra çıkardığı hırıltı dışında hiçbir ses çıkarmaz. Böğürebilir ve meleyebilir, ancak iletişiminin çoğu vücut diliyle gerçekleşir. Eğer zürafa sizin toteminizse, söylememeniz gereken şeyleri mi söylüyorsunuz? Söylemeniz gereken şeyleri mi söylemiyorsunuz? Başkalarının uygunsuz konuşmasına veya sözlerinin sizi etkilemesine izin mi veriyorsunuz?

Eğer hayatınıza bir zürafa girdiyse, kendinize bazı önemli sorular sorun. Önünüzde ne olduğunu görüyor musunuz? İleriye bakmaktan korkuyor musunuz? Başkalarının bakış açısını görüyor musunuz? Başkalarının sizin bakış açınızı görmeyi reddetmesinin hayatınızı etkilemesine izin veriyor musunuz? Düşüncelerinizin, sözlerinizin ve eylemlerinizin sonuçlarını görüyor musunuz? Zürafa bu soruları cevaplamanıza yardımcı olabilir.

Zürafanın uzun ve ince bacakları da semboliktir. Bacaklar hareket etmemizi sağlar. Denge sembolüdürler ve ilerleme yeteneğini temsil ederler. Zürafada, bacaklarınız ve ayaklarınız yerde, başınız ise gökyüzündedir.

Kendiniz için gördüğünüz yeni alanlara girmeye mi direniyorsunuz? Değişime mi direniyorsunuz? Gelecekten mi korkuyorsunuz? Zürafa size geleceği ve ona doğru en iyi nasıl ilerleyeceğinizi gösterebilir. Koşarken, zürafanın bacakları ve boynu birlikte çalışarak bize şunu hatırlatır:



Geleceği görmek yeterli değil, ona doğru ilerlemek de gerekiyor. Zürafa bunu en zarif şekilde nasıl yapacağını öğretebilir.

Zürafa, dallar, yapraklar ve tomurcuklarla beslenen bir otçuldur. Dilini ağaçlardan yaprakları koparmak için kullanır. Uzun bacakları su bulmasını zorlaştırdığı için birkaç gün susuz kalabilme yeteneği geliştirmiştir. Zürafa, bacaklarını açıp başını aşağı indirerek su içtiği zaman en savunmasız halindedir. Bu, zürafa totemine sahip olanlar için bir hatırlatmadır. Bakışlarınızı uzun süre ufuktan uzaklaştırırsanız en savunmasız durumda

olursunuz. Çok durağan ve kayıtsız kalırsanız, hayatın giderek zorlaştığını göreceksiniz.

Zürafanın zarif başı, sosyal karakterinin birçok yönünü yansıtır. Zürafalar birbirlerinin arkadaşlığından hoşlanırlar. Zürafalar arasındaki en güçlü bağlar anne ve yavru arasındadır. Zürafa insanlarının genellikle güçlü aile ilişkileri ve arkadaşlıkları da vardır.

Zürafanın başında, diğer hayvanlardan farklı boynuzlar bulunur. Bu küt, uzun boynuzlar asla dökülmez ve deriyle kaplıdır. Daha önce de belirtildiği gibi, boynuzlar ve geyik boynuzları, daha yüksek zihinsel yetenekler ve algılar için antenlerin sembolüdür. Zürafada aslında üç boynuz vardır. Üçüncüsü aslında derinin altında bir yumru gibi görünür, ancak gözlerin hemen üzerinde bulunur. Bu yerleşim çok önemlidir, çünkü bu bölge, üçüncü veya iç gözle, yani daha yüksek sezginin merkeziyle ilişkilendirilen vücut bölgesidir. Bu, zürafanın ve enerjilerinin sizde uyandırabileceği ileri görüşlü algıyı daha da güçlendirir.

**KEÇİ (Dağ)**

AÇILIŞ KONUŞMASI: Sağlam Adımlar ve Yeni Zirvelere Ulaşma Arayışı

GÜÇ DÖNGÜSÜ: Sonbaharın Sonu ve Kışın Başı

Dağ keçisinin tüm özellikleri, dağlık bölgelerin yüksek rakımlarında hayatta kalmasını sağlar.

Kalın yünü yalıtım sağlar, iskeletinin daha fazla esnekliği tırmanmasına yardımcı olur ve hatta ayakları bile çevresine uyum sağlamıştır. Dağ keçisini totem olarak benimseyen herkesin, yaşadığı ortamın -yüksek dağlık bölgelerin- önemini incelemesi faydalı olacaktır.

Dağ keçisi, dinamik tırmanma yeteneğiyle bilinir. Ayak parmakları, dik yamaçlarda hareket ederken tutunmalarına yardımcı olan pense gibi davranır. Alt kısımdaki yumuşak pedler, vantuz görevi görerek daha sağlam bir zemin tutuşu sağlar. Arka ayakları üzerinde durabilir ve ön ayaklarıyla kendilerini yukarı çekebilirler. Yavrular bile doğduktan hemen sonra ayağa kalkabilir ve kısa süre sonra tırmanmaya başlayabilirler.

Son derece esnek iskelet sistemleri çok önemlidir. Kemik ve kıkırdaktan oluşan bu sistem, vücudun iskelet yapısını destekler ve hareketine yardımcı olur. Eğer bir dağ keçisi toteminiz olarak ortaya çıktıysa, kendinize bazı önemli sorular sorun. Yeni alanlara doğru ilerlerken ihtiyacınız olan desteği alıyor musunuz? Başkaları hareket ederken onlara gereken desteği veriyor musunuz? Yeni olasılıkları keşfederken çok mu esnek davranmıyorsunuz? Destek eksikliği mi hissediyorsunuz yoksa desteğe mi ihtiyacınız var? Hayatınızın temel yapısında bir sorun mu var?

Dağ keçisi, elbette, tırmanmaktan çok daha hızlı bir şekilde inebilir. Omurgasının esnekliği ve sağlam adımları, diğer hayvanları öldürebilecek tehlikeli patikalarda ve çıkıntılarda manevra yapmasını sağlar. Üzerinde zar zor durulabilecek kadar küçük çıkıntılara otuz fit veya daha fazla sıçrama yaptığı bilinmektedir. Bu, iskelet sisteminin esnekliği hakkında çok şey ortaya koyarken, aynı zamanda diz eklemlerinin şokları emme yeteneğini de gösterir. Dağ keçisi, yeni yüksekliklere ve hedeflere nasıl uzanılacağını ve ulaşılacağını bilir. Ayaklarınızın üzerine düşme yeteneğinize güvenmeyi öğretebilir.

Dağ keçisi astrolojik olarak Oğlak burcuyla bağlantılıdır. Yılın bu zamanını yeni adımların sonuçlanması veya başlatılması için önemli bir dönem olarak değerlendirebilirsiniz. Keçi sizi hazırlamak için ortaya çıkmış olabilir. Totem hayvanı olarak dağ keçisi olan herkes, Oğlak burcuyla ilişkili nitelikleri ve özellikleri incelemelidir.

Oğlak burcunun enerjisiyle bağlantılı olduğu için kendinize önemli sorular sorun. Çok mu ciddisiniz? Yeterince ciddi değil misiniz? Hayatınızdaki yeni adımlar için yeterince özenle hazırlanmıyor musunuz? Bu, çalışkanlık ve gayret dönemini yansıtabilir, ancak hırs ve fırsatçı davranışlar kontrolden çıktığında da yardımcı olabilir.

Dağ keçisinin boynuzları, gelecekte ne olacağını algılama yeteneği verir ve doğal tırmanma yeteneğiyle, geleceğe nasıl en iyi şekilde ulaşabileceğinizi ortaya çıkarabilir. Dağ keçileri boynuzlarıyla savaşırlar. Tehdit edildiklerinde, daire çizerek keskin uçlarıyla saplamaya çalışırlar. Hatta boz ayıları bile öldürdükleri bilinmektedir.

Keçinin kalın postu, onu şiddetli kış koşullarına dayanmasını sağlar. Bu da bu hayvanın totem olarak yetenekleri hakkında çok şey ortaya koymaktadır.

Dağ keçisi, odaklanmanıza ve yeni zirvelere doğru adım adım, tehlikeli de olsa ilerlemenize yardımcı olurken, sizi hayatın zorlu koşullarından da korur. Koşullar zorlaştığında ve geriye kaymaktan korktuğumuzda, geçici bir totem olarak dağ keçisinin ortaya çıkması alışılmadık bir durum değildir. Enerjileri, dengeyi ve bakış açısını yeniden kazanmamıza ve tırmanışa devam etmemize yardımcı olur.

Keçi, sizi Yunanistan ile bağlantılı geçmiş yaşamlarla da ilişkilendirebilir. Yunan mitolojisinde önemli bir yere sahip olan bu sembol, doğa tanrısı Pan, Amalthea ve Bereket Boynuzu ile ilişkilidir. Bu konudaki efsaneleri incelemek, keçinin kendi hayatınızdaki rolüne dair fikir verecektir. Eğer dağ keçisi hayatınıza girmişse, bu yeni tırmanışlara ve yeni girişimlere başlamanın zamanıdır.

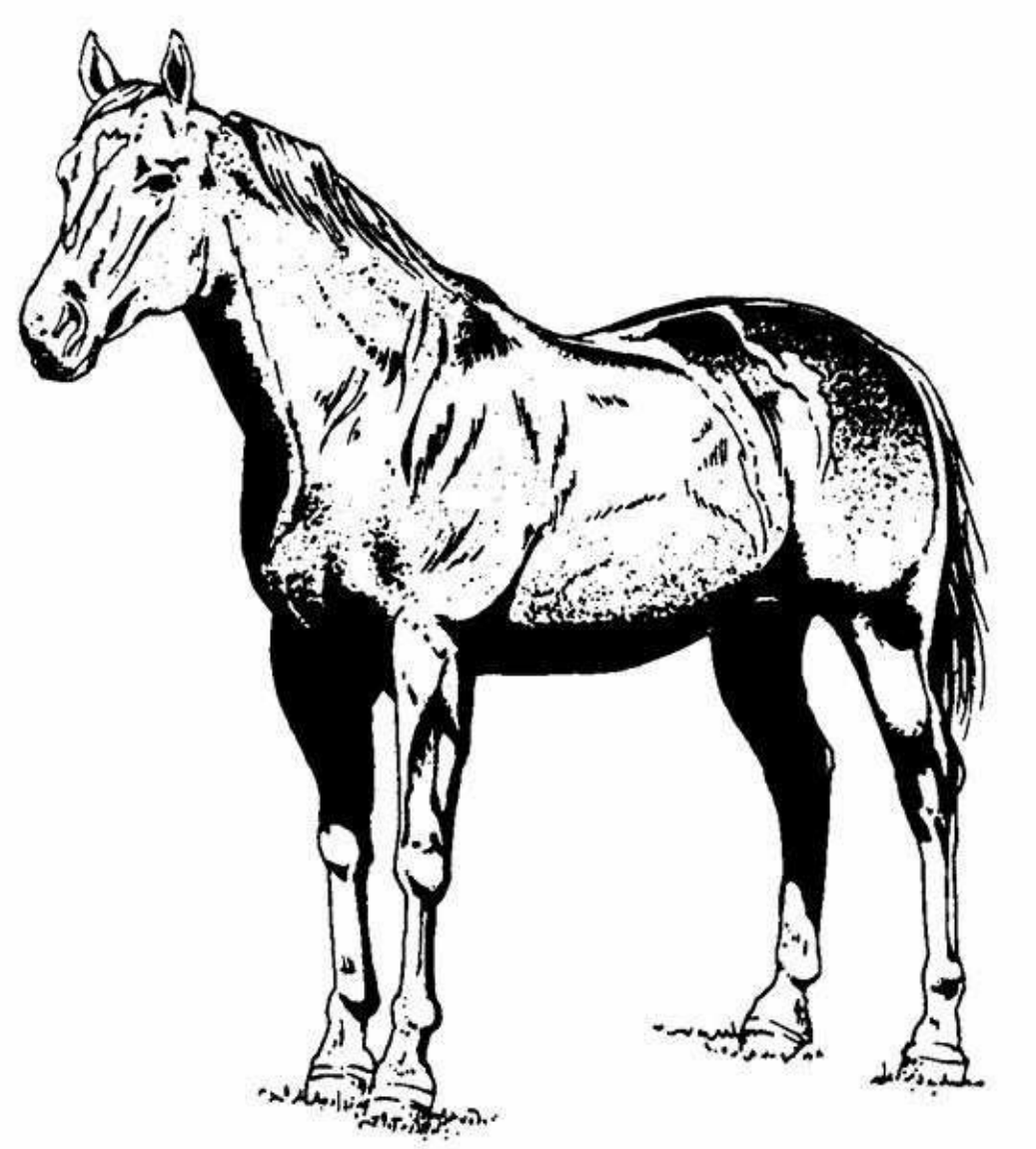
Onlara aceleyle girişmenize gerek yok. Doğru öngörüyle, önünüzde ne olduğunu görebilecek ve daha büyük bir güvenle ilerleyebileceksiniz.

**Yer sincabı (Kuş)**

AÇILIŞ KONUŞMASI: Ölmeden Ölümün Gizemi - Trans Hali - Rüyalar

GÜÇ DÖNGÜSÜ: Kış

Yer sincabı veya ağaç sincabı, aslında sincap ailesinin bir üyesi olan, yuva kazarak yaşayan bir kemirgendir. Keski benzeri dişleri vardır ve ormanların kenarlarında ve açık alanlarında yaşar. Kazma ve tünel açma yeteneğiyle bilinir.



Sembolik olarak bu, ilgi duyulan bir alanda derinlemesine bilgi edinme yeteneğini yansıtır. Yeni bir çalışma alanının açılmak üzere olduğu bir dönemde bir yer sincabının ortaya çıkması alışılmadık bir durum değildir. Bir yer sincabı yaklaşık iki yıl boyunca tam olarak olgunlaşmadığı için, totem olarak görünmesi, tam olarak sonuçlanması iki yıl sürebilecek bir çabayı yansıtabilir. Bu, iki yıllık yoğun çalışma, kazma ve inşa etme sürecini temsil edebilir.

Yer sincabı, birden fazla çıkışı ve depolama odası olan ayrıntılı yuvalar yapar. Zamanının yarısını yer altında geçirir. Yatak odası alanı her zaman tünelin en alt ucunun üzerinde bulunur. Bu, su baskınından korunması içindir. Kendi dışkılarını gömerek kendilerini temizlerler. Yuvalarının içinde ayrı tuvalet odaları bulunur.

Yer sincapları genellikle bölgeci değildir, ancak tünellerine başkalarının girmesine izin vermezler. Yer sincapları, bir yuvanın dolu olup olmadığını, girişinin dışında taze toprak yığılmasından anlayabilirler. Yer sincabı totemine sahip olan herkes için, hayatında saygı duyulmasını istediği sınırları açıkça belirtmek önemlidir.

Yer sincapları gerçek bir kış uykusuna girer ve bu durumda yaklaşık dört ila altı ay geçirirler. Buna hazırlanmak için kendilerini şişmanlatırlar. Yaz ve sonbaharın sonlarına doğru bol bol yemek yerler. Yuvalarının donmayan bir odasına kıvrılırlar ve yaşam süreçleri yavaşlar. Vücut sıcaklıkları normal 96 dereceden yaklaşık 40 dereceye, yani donma noktasının hemen üzerine düşer. Solunum dakikada bir nefese, kalp atışı ise dakikada 110'dan yaklaşık dört veya beşe düşer. Bilinçsiz bir duruma ulaşırlar ve genellikle kış sonu veya ilkbahar başında uyanırlar.

Kış uykusu her zaman büyük önem taşımıştır. Ölmeden ölümü simgeliyordu. Bazı toplumlar, bu durumları ölüm ve yeniden doğuşun sembolik bir ritüeli olarak tetiklemek için yöntemler kullanmışlardır. Dolayısıyla kış uykusu bir

tür başlangıç zamanını yansıtıyordu. Kış, güç mevsimidir, çünkü yer sincabı en etkili ilacını -kış uykusunu- bu mevsimde ortaya çıkarır ve kullanır.

Aynı zamanda, rüya zamanına, derin kış uykusuna tamamen açılmanın ve bireyin rüya zamanını daha güçlü bir şekilde kullanmasına olanak tanımanın bir sembolüdür. Kunduz totemine sahip olanlar, özellikle kış aylarında, berrak rüyalar görme yeteneklerinin artacağını fark edeceklerdir. Kunduz ne zaman ortaya çıkarsa, değişmiş bilinç hallerinin netliği ve gücü de o kadar artar. Rüyalar daha anlamlı hale gelir.

Birçok şaman, yogi ve mistik, vücudun metabolizmasını yavaşlatma yöntemlerini öğretirdi. Bu genellikle trans halleri yaratmak için kullanılırdı. Bu, iyileşmeyi kolaylaştırabilir veya beden dışı temaslara yönlendirilebilirdi. Ayrıca şamanistik trans geliştirmek için de kullanılabilir. Bu trans biçiminde, birey bedeni kapatmayı ve ardından bedeni terk etmeyi (onu koruyarak) öğrenir ve daha sonra öğrenmek ve bilgi getirmek için diğer boyutlara gider.

Yer sincabı totem olarak ortaya çıktığında, daha derin, değişmiş bilinç hallerini keşfetme fırsatı doğar. Ölüm ve ölüme dair dersler ve bu süreçle ilgili açıklamalar yüzeye çıkmaya başlar. Yer sincabı metabolik kontrol bilgisine sahiptir. Onun şifası, ölmeden ölümün gizemine dokunmak için büyük bilinçaltına inmektir.

**ATIŞ**

AÇILIŞ KONUŞMASI: Seyahat, Güç ve Özgürlük

ENERJİ DÖNGÜSÜ: Yıl boyu

At, zengin bir efsane ve mitolojiye sahiptir. Sadece atın önemi üzerine bile koca bir kitap yazılabilir; çünkü hiçbir hayvan, medeniyetin yayılmasına attan daha fazla katkıda bulunmamıştır.

Hem cenaze törenleriyle hem de doğumla ilişkilendirilmiştir; insanlar onun üzerinde dünyaya gelir ve onun üzerinde dünyadan ayrılırlar.

İskandinav tanrısı Odin sekiz bacaklı bir ata binerdi. Hindu geleneğinde, güneş tanrısı Surya'nın arabası, Yunan mitolojisindeki Apolo'nun arabası gibi, aygırlar tarafından çekilir.

Çin astrolojisinde at, çekicilik ve ikna gücüyle ilişkilendirilir. Atlar, çoğu zaman uygun kısıtlamalar olmadan özgürlüğün sembolüdür. Çin astrolojisinde at burcu insanları arkadaş canlısı ve maceracıdır ve çok duygusal olabilirler.

Atın evcilleştirilmesinden önce halklar ve toplumlar arasındaki mesafeler çok büyüktü ve etkileşim azdı. At, insanlığa seyahatte, savaşta, tarımda ve hayatın diğer birçok önemli alanında hizmet etti. Bugün at çoğunlukla eğlence ve tarımla sınırlı olsa da, enerjisi çok geniştir. Onun sayesinde dünya birbirine daha da yakınlaştı.

At, insanların kendi topluluklarının kısıtlamalarından kurtulup özgürleşmelerini ve dünyayı keşfetmelerini sağladı. Bu sayede seyahat edebildiler ve hayatın çok yönlülüğünü ve tüm gücünü keşfedebildiler. Atlar çoğu insan için büyük bir çekiciliğe sahiptir. Onlara hayran kalırız ve bir ata binmek bizi sıradanlığın üzerine çıkarır ve güç duygumuzu yeniler. At binmek, çağlar boyunca birçok şair tarafından uçmaya benzetilmiştir. Rüzgarı ve hatta denizin köpüğünü simgelerler.

Atlara kehanet gücü atfedilmiştir. Birden fazla efsane, atların durugörü yeteneğine ve sihirle uğraşanları tanıma becerisine değinir. Onlar, insanların büyülü yönünü ifade edebilen sembollerdir.

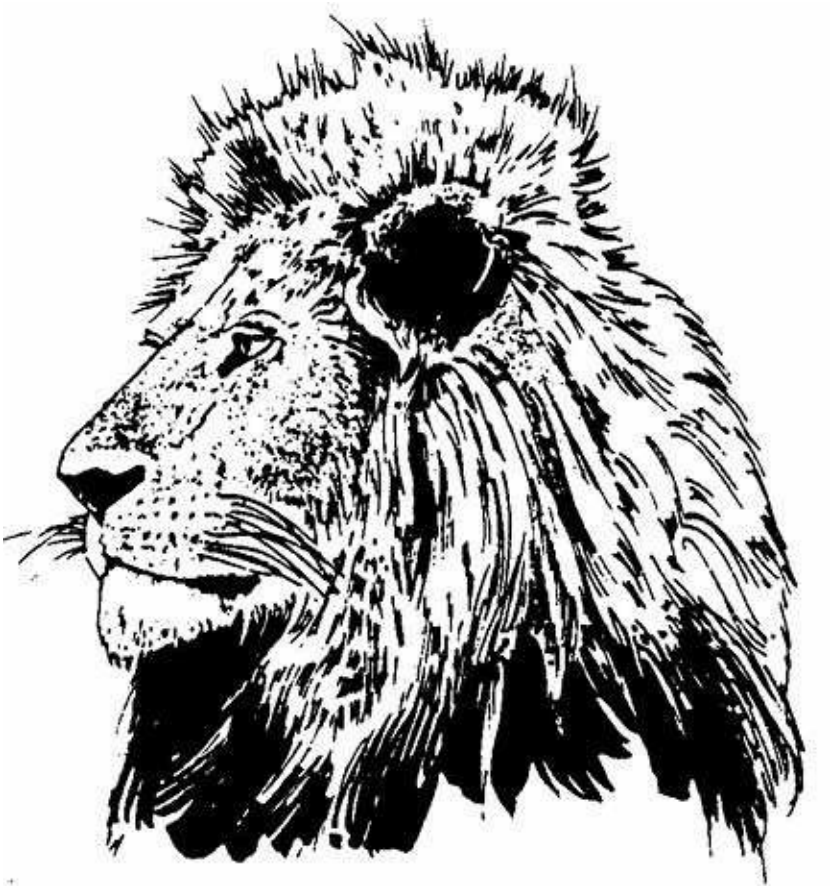
Atın sembolizmi karmaşıktır. Hareket ve yolculuğu temsil edebilir veya belki de hareket etmenize yardımcı olmak için ortaya çıkmıştır. Özellikle cinsel arzunun sembolü olmuştur. Aygır genellikle cinselliğin sembolü olarak

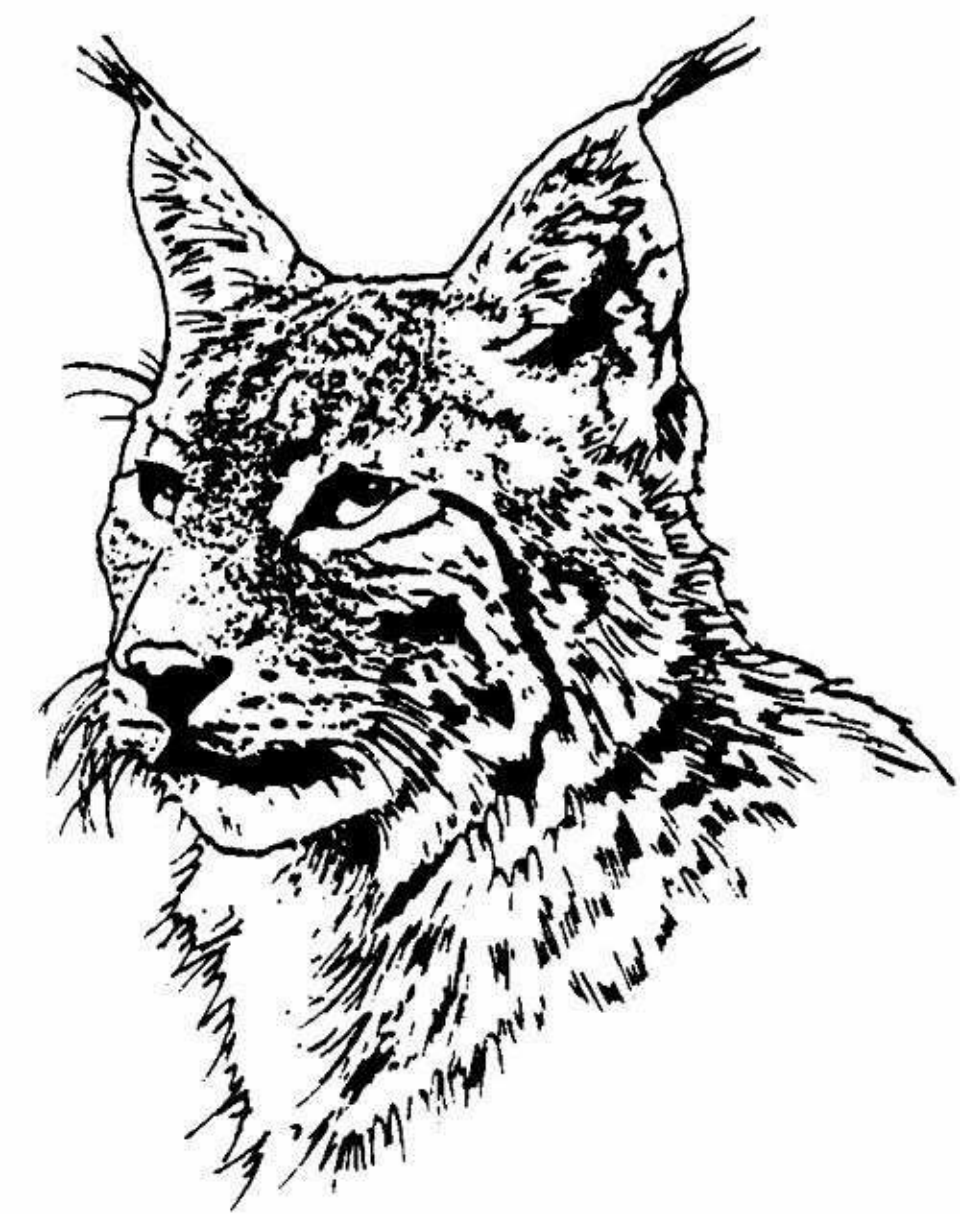
kullanılmıştır. Bir aygırın evcilleştirilmesi, cinselliğin ve tehlikeli duyguların evcilleştirilmesi anlamına gelirdi.

Birçok evcil hayvan gibi, atların da çok çeşitli türleri vardır ve her birinin kendine özgü yetenekleri bulunur. Binicilik, saban sürme, yük çekme... At hala çeşitli işlevlere hizmet eder. Kendi özel at toteminizin anlamını anlamak için, hangi tür olduğunu belirlemeye çalışın. Atlar, köpekler gibi, günümüzde belirli amaçlar için yetiştirilmektedir ve bunu belirlemek, kendi hayatınızdaki amacını tanımlamanıza yardımcı olabilir.

Toteminizi alın ve kendinizle ilgili olarak inceleyin. Rengi nedir? Türü nedir? Size nasıl görünüyor? Koşuyor mu? Her zaman ayakta mı duruyor? Kendinizi ona binerken veya onu izlerken görüyor musunuz?

Eğer hayatınıza bir at girdiyse, hayatınızdaki seyahat ve özgürlük yönlerini incelemenin zamanı gelmiş olabilir. Kendinizi kısıtlanmış mı hissediyorsunuz? İlerlemeniz mi gerekiyor yoksa başkalarının ilerlemesine izin mi vermelisiniz? Yeni alanlarda özgürlüğünüzü ve gücünüzü ortaya koymanın zamanı geldi mi?





Kendi çevrenizde medeniyete yardımcı olmak için üzerinize düşeni yapıyor musunuz? Başkaları yapıyor mu? Bu medeniyetin size verdiklerine saygı duyuyor musunuz?

At, beraberinde yeni yolculuklar getirir. Size yeni yönlere doğru nasıl bineceğinizi, kendi özgürlüğünüzü ve gücünüzü nasıl uyandıracağınızı ve keşfedeceğinizi öğretecektir.

**LEOPAR**

KAR LEOPARI ” maddesine bakınız . Leopar hakkındaki bilgiler de bu kategoriye dahil edilmiştir.)

“PANTER .” Teknik olarak aynı olmasalar da, panter hem leopara hem de jaguara sıklıkla verilen bir isimdi. İkisinin de özellikleri çok benzer. Panter hakkındaki bilgileri inceleyin ve ardından leoparın sizin için benzersiz önemini araştırın.) **ASLAN**

AÇILIŞ KONUŞMASI: Dişil Enerjinin Öne Çıkarılması ve Dişil Güneşin Gücü

ENERJİ DÖNGÜSÜ: Yıl boyu

Aslan, kedi ailesinin ikinci en büyük üyesidir. Kedilerin özelliklerinin genel olarak incelenmesi gerekir, çünkü aslan bunların çoğunu bünyesinde barındırır. Afrika savanlarında yaşar ve bu toteme sahip olanların savanların önemini incelemeleri faydalı olacaktır. Aslanın başlıca avı antiloptur ve bu da incelenmelidir.

Aslan, yıllar boyunca çeşitli enerjilerin sembolü olmuştur. Güneşin ve altının sembolüdür. Güneş tanrısı Mithra'nın sembolüydü. Mısırlılar, aslanın Nil'in yıllık sellerine hükmettiğine inanıyordu. İlk Hristiyanlar, onu kartalın yeryüzündeki rakibi olarak görüyordu. Ortaçağ simyacıları onu sabit element kükürt ile ilişkilendirmiş ve genç bir aslan genellikle yükselen güneşin ve onun ima ettiği her şeyin sembolü olmuştur.

Aslan, kedigiller ailesinin diğer üyelerine göre farklı olarak, sürüler halinde yaşar. Eğer aslan sizin toteminiz olarak ortaya çıktıysa, topluluk ve gruplarla ilgili dersler ve sorunlar ortaya çıkabilir. Grup içindeki kendi rolünüzü incelemeniz gerekebilir.

Aslan sürüsü içinde dişiler en iyi avcılardır. Çoğu aslan tek başına beceriksiz avcı olsa da, mükemmel bir işbirliğine dayalı avlanma tekniği geliştirmişlerdir. Ancak avlanmanın ve yavruların yetiştirilmesinin büyük kısmını dişiler üstlenir. Aslan yavruları nispeten kaygısız bir yaşam sürerler. Ebeveynleri yavrularına karşı sabırlı ve sevgi doludur ve aslanı totem olarak benimseyen çoğu birey, aynı niteliklerin kendilerinde de geliştiğini görecektir.

Erkek aslanlar en çok büyük yeleleriyle dikkat çekerler. Çok az iş yaparlar. Dişi aslanlara karşı tutkulu ve aşırı kıskanç olabilirler. Sürüyü yırtıcılardan korurlar. Avlanırken, avlarını bekleyen dişi aslana doğru korkutmak için kükremelerini kullanırlar. Eğer totem hayvanınız olarak bir erkek aslan belirdiyse, hayatınızdaki bir grup veya topluluk içindeki faydanızı gözden geçirmeniz gerekebilir. Olduğunuzdan daha fazlasını yapmanız mı gerekiyor? Daha koruyucu olmanız mı gerekiyor? Daha fazla iş birliği yapmanız mı gerekiyor?

Aslan, sırf dövüşmek için dövüşmez. Çatışmalardan kaçınır ve mümkünse tehlike bölgesinden uzaklaşır. Aslan sizin toteminizse, bunu aklınızda bulundurmanızda fayda var. Aslanlar ayrıca öncelikle gizlice avlanırlar ve en yaygın öldürme yöntemi boğulmaktır.

Bu teknik, bu toteme sahip olanların hayatın herhangi bir alanında yeni girişimler ve hedefler peşinde koşarken geliştirmeleri gereken bir şeydir. En büyük başarı için gizli olun.

Genç aslanın yükselen güneşle ilişkilendirilmesi fikri oldukça önemlidir. Aslan sürüsünün dişileri işin büyük kısmını yaptığı için, bu aslında dişil enerjilerin yükselişini yansıtır. Güneş her zaman eril bir sembol olmamıştır. Yeni günlere hayat verir, hayatı besler ve ısıtır. Bu nedenle, aslanı dişil enerjilerin ortaya çıkışı ve yeni güç getirmesi olarak görmek, bu ilişkiyi zorlamaz.

Bir aslan ortaya çıktığında, yeni bir güneşe uyanma fırsatı doğar. Dişil enerjilerinize, yaratıcılığınıza, sezginize ve hayal gücünüze güvenin. Bunlar hayatınıza yeni bir güneş ışığı katacaktır. Kendinizi tehdit altında veya rahatsız edilmiş hissederseniz kükremekten korkmayın.

**LYNX**

AÇILIŞ KONUŞMASI: Gizli ve Görünmeyenlerin Sırları ve Vizyonu

GÜÇ DÖNGÜSÜ: Kış

Vaşakla ilgili bilgilerin çoğu, vaşak için de geçerlidir. Her iki hayvan da benzerdir ve vaşak bazen kızıl vaşak olarak da anılırdı. Her ikisinin de kısa, tombul kuyrukları, püsküllü kulakları ve yüzlerinde bir yelesi vardır. Vaşak tıknaz ve kaslıdır. Uzun bacakları ve kışın kar ayakkabısı görevi gören büyük, tüylü patileri vardır. Vaşak ayrıca daha kuzeyde bulunur ve yaşam alanı vaşak kadar geniş değildir. Vaşağı totem olarak benimseyen herkes, kuzey yönünün önemini de incelemelidir.

Yüzündeki yele, vaşaklara asil bir görünüm kazandırır. Alaska ve Kanada'da hâlâ bol miktarda bulunan vaşaklar, ülkenin diğer kuzey bölgelerinde de yeniden çoğalmaya başlıyor. Vaşakların karda manevra yapma konusunda hiçbir sorunu yoktur. Ayakları, akrabası olan bobcat'inkinden daha geniştir.

Vaşak yavruları genellikle mavi gözlerle doğarlar. Yaklaşık iki ay sonra, mavi gözleri annelerinin gözleri gibi sarıya döner. Gökyüzünün veya cennetin enginliğinin mavi ipuçları, vaşaklara doğumdan itibaren açılır. Sarıya dönüşme, vaşakların gökyüzünden bilgi edinebileceğini hatırlatır.

Anne, yavrularına avlanmayı öğretir. Yaz ve sonbahar, bu becerilerin aktarılmasıyla geçer. Kış yaklaşırken bu becerilere ihtiyaç duyulacaktır, çünkü kış sonuna doğru aile dağılır ve vaşaklar kendi yollarına giderler; kendi yaşamlarını ve bilgilerini ararlar.

Vaşağın başlıca avı kar tavşanıdır. Geniş ayakları sayesinde, kar çok kalın olsa bile tavşanları takip edebilmektedir.

Küçük kemirgenlerle beslenir, ancak ana besin kaynağı kar tavşanıdır ve bu besin maddesinin özellikleri de incelenmelidir. "Vaşağın kaderi tavşanın kaderine o kadar yakından bağlıdır ki, tavşan popülasyonu düzenli on bir yıllık bir döngüde düştüğünde, vaşak popülasyonu da düşer." 55

Bu on bir yıllık döngü çok semboliktir. Metafiziksel açıdan bakıldığında, on bir bir ana sayıdır. İlham, vahiy, mistisizm ve gizli öğretilerle ilişkilendirilir. Vaşakın gri renkte olması da bu önemi artırır. Gri, kadim bilgeliği gizleyen, görüneni görünmeyenden ayıran bulutların sembolüdür. Vaşak, bulutların arasından bilgi ve sırları ortaya çıkarmak için ileri geri gidip gelme gücüne sahip hayvandır.

Vaşak, tarihte mitoloji ve okült gruplarla bağlantılıdır. Bu bağlantılar (kelime oyununa gerek yok) olası geçmiş yaşamlar hakkında ipuçları sağlayabilir. İskandinav ve Norveç geleneklerinde vaşak, Freyja için kutsaldı ve arabası bazen vaşak tarafından çekilirken tasvir edilirdi. Creek halkı, vaşağın katı cisimlerin içini görebildiğine inanıyordu. Aslında, bu yeteneğe sahip mitolojik bir karakter olan Lynceus'tan adını almıştır.

1603 yılında İtalyan bilginler, gerçeği arama ve batıl inançlarla mücadeleye adanmış Vaşaklar Akademisi'ni kurdular. Calileo da bu akademinin bir üyesiydi ve sembolü, pençeleriyle Cerberus'u parçalayan bir vaşaktı. Cerberus, yeraltı dünyasının girişini koruyordu. Bunun anlamı, bilginin karanlığı ve acıyı yeneceğiydi. 56

Vaşak, doğaüstü bir görüş yeteneğine sahip olduğu yönünde bir üne sahiptir. Hataları, yalanları, sırları ve gizli olan her şeyi görebilme yeteneğiyle anılır. Eğer hayatınızda bir vaşak belirdiyse, gizli olanı arayın. Başkalarına inanmak konusunda içgüdülerinize güvenin. Hayal ettiğiniz şeyler muhtemelen düşündüğünüzden daha doğrudur. Hayal etme ne kadar garip ve mantıksız olursa olsun, muhtemelen bir doğruluk payı vardır.

Lynx, başkalarının iç dünyasını nasıl anlayacağınızı öğretme yeteneğine sahiptir. Jamie Sams ve David Carson bunu, insanların başkalarından ve kendilerinden sakladıkları şeyleri görmenizi sağlayan özel bir tür durugörü olarak tanımlıyor. Bu, korkular, faaliyetler ve hatta yetenekler olabilir. 57

Vaşak totemini benimseyen kişilerin sırları ifşa etme konusunda çok dikkatli olmaları gerekir. Söylenen şeylerin kamuoyuna açıklanma veya çarpıtılma potansiyeli daha yüksektir, bu nedenle kelimeler dikkatlice seçilmeli ve kullanılmalıdır. Sessizlik yoluyla güç, ilke olmalıdır. Sırların ifşa edilmesi genellikle hızlı ve güçlü sonuçlar doğurur.

Eğer hayatınızda vaşak belirdiyse, diğer insanların sırlarını giderek daha fazla sizinle paylaştığını ve size güvendiklerini fark edeceksiniz. İnsanlar hakkında "kazara" bazı şeyler keşfedeceksiniz ve bunların bazılarını bilmek istemeyebilirsiniz. Bu bilgiyi kullanmak zorunda değilsiniz. Saklayın. Kendi yararınıza kullanın, ancak uygunsuz bir şekilde paylaşmamaya dikkat edin.

Bazı insanların sizin yanınızda çok rahatsız hissetmesi alışılmadık bir durum değildir. Bir şekilde iç dünyalarını görebildiğinizi fark edeceklerdir. Sizden kaçındıklarında, bunun nedeninin ne olduğunu tahmin etmeye çalışın.

Vaşakların gizli bilgiyi görme yeteneğini uyandırmanıza yardımcı olmak için, arkanıza yaslanın ve izleyin. İnsanların nasıl davrandıklarını ve ne söylediklerini gözlemlerken, onların ardındaki şeylerin görüntülerini de elde edeceksiniz. Kendinizi diğer kişinin içinde hayal edin. Vaşak şifası birçok yönden röntgen görüşüne benzer. İç işleyişi görebilirsiniz. Sessizliğe girmeyi ve oradan size gelen görüntülere ve bilgilere güvenmeyi öğrenin.

**GEYİK**

AÇILIŞ KONUŞMASI: Temel Dişil Enerjiler ve Yaşamın ve Ölümün Büyüsü

GÜÇ DÖNGÜSÜ: Sonbahar Sonu ve Kış Başı (Kasım) - Yaklaşan Gölgelerin Zamanı Geyik, en eski ve en eşsiz güç totemlerinden biridir. Algonkin Kızılderilileri için "mong-soa" veya "dal yiyen" olarak bilinirdi. Alaska'daki Athapaskan Kızılderilileri için ise Dineega'dır. İkincisi için, Kuzgun ve Geyik arasında muazzam bir ilişki vardı. Athapaskan avcıları, dünyayı şekillendirmeye yardımcı olduğunu bildikleri Kuzgun'la avlarında sürekli konuşur ve onu korurlardı. Geyik avında yardım etmesi için Kuzgun'a dua ederlerdi. Bu nedenle bir geyik göründüğünde, bu özel, kutsal bir hediyeydi. Geyikle uyum sağlayan herkes için -nasıl olursa olsun- eşsiz ve kutsal bir enerji açılır.

Geyik, çelişkilerle dolu bir hayvandır. Hem tuhaf hem de görkemlidir. Sakar görünse de, inanılmaz bir zarafeti vardır. Bizi gülümsetirken aynı zamanda nefesimizi de keser. Geyiği totem olarak benimseyenler, başkalarında da bu çelişkili duyguların uyandığını göreceklerdir.

Çiftleşme mevsimi dışında, genellikle yalnız yaşayan ve göl, gölet, otlak, ova veya ladin ormanları gibi kendi bölgesini kullanma konusunda eşsiz bir yeteneğe sahip bir hayvandır. Bu hayvanı güç hayvanı olarak seçenler de aynı yeteneğe sahiptir.

Büyük boyutuna ve gücüne rağmen, geyik inanılmaz bir kamuflaj yeteneğine sahiptir. Ve bu yeteneğini kendi avantajına kullanır.

Geyikle aynı çizgide olanlar da bu yeteneği geliştirebilirler. Bunun bir kısmı kadim görünmezlik büyüsünü içerirken, bir kısmı da şekil değiştirme özelliğini kapsar.

Bu eşsiz "şekil değiştirme kamuflajı", tarihi Merlin'in yaşamına da yansımıştır. Krallar tarafından çağrıldığında veya başka müttefikler bulmak için çaresizce ihtiyaç duyulduğunda, sessizce, fakir bir çoban, bir oduncu veya bir köylü kılığına girerek gelirdi. Hükümdarlar bile onu çeşitli kılıklarında tanıyamazlardı. Bu gizlenme yöntemini alışkanlık haline getirmişti.

Geyiklerin büyüklüğüne rağmen, sessiz ve hızlı hareket etme konusunda eşsiz bir yetenekleri vardır. Sakarlık görünümü yanıltıcı ve aldatıcıdır. Bu aldatmaca, hayatta kalmalarını bu kadar iyi sağlamalarına olanak tanır. Bunu yapabilmelerinin bir nedeni de mükemmel derinlik algısına sahip olmalarıdır. Bir alanın geçilebilirliğini doğru bir şekilde değerlendirebilirler. Geyiklerin bölgeyi aşmada sahip oldukları hız ve zarafet,

Diğerleri bunu yapamazdı. Birçoklarının takılıp düşeceği derin kar ve bataklıklardan geçebilir. Bu yetenek güçlendirilebilir, uyandırılabilir ve hatta geyiklerin şifa gücüyle uyum sağlayanlara öğretilebilir.

Geyik, genellikle dişil enerjilerle, dünyanın anaç güçleriyle ilişkilendirilir ve geyikle uyum sağlayanlar bu güçlerin uyandığını görürler. Bunun bir kısmı suyla olan bağlantıdan kaynaklanır. Su, evrenin dişil güçlerinin temel sembolüdür. Yaratıcılığın, dinamik sezgi biçimlerinin ve aydınlanmanın sembolüdür.

Maine'deki Penobscot Kızılderilileri, bir zamanlar geyiklerin, suların en büyük memelisi olan balinaların yerini aldığını anlatan öyküler anlatırlar. Nova Scotia'daki MicMaclar ise, geyikler çok fazla avlandığında denize geri döndüklerini anlatırlar.

Su ve denizle olan bağlantıyı anlamak, geyik gücüyle özdeşleşen herkes için önemlidir. Deniz, tüm yaşamın başladığı ve geri döndüğü noktadır. Evrenin büyük rahmidir. Geyikler genellikle bataklık alanlarda ve göllerin kenarında görülür.

Ayrıca, göllerin dibine dalma ve orada bir dakikaya kadar beslenerek kalma konusunda eşsiz bir yetenekleri vardır; daha sonra ağızlarından sarkan taze yeşilliklerle aniden su yüzüne çıkabilirler. Geyik gücünün gizemiyle çalışmak isteyenler için bu, dikkatlice incelenmeli ve üzerinde meditasyon yapılmalıdır. Bu, bireyin derinliklere geri dönmeyi ve oradan yeni yaşam ve besin çekmeyi öğrenme yeteneğini yansıtır. Geyik, dış dünyadan iç dünyaya geçme yeteneğini öğretebilir. Yaşamdan ölüme ve daha güçlü bir yaşama nasıl geçileceğini öğretebilir. Yaşam ve ölümü ayıran ince ipliği kişinin avantajına nasıl kullanacağını öğretir. Güçlü geyik enerjisine sahip bireylerin ruh kurtarma çalışmalarında yer alması alışılmadık bir durum değildir.

Yaşam ve ölümle, her iki düzeydeki enerjiler ve yaşam biçimleriyle çalışma yönü, Athapaskan Kızılderililerinin kutsal bir geleneğinde yansıtılmaktadır. Bu insanlar için "potlatch", ölülerin ruhlarını uğurlamaya yardımcı olmak için yapılan bir anma törenidir. İnanca göre, insanlar öldüklerinde hemen ayrılmazlar. Yakınlarda kalırlar ve bu nedenle yemeleri için yemek yakılır. Başlangıçta günde bir kez, sonra iki günde bir, sonra haftada bir ve bu şekilde bir yıl boyunca devam eder; bu süre sonunda bir anma potlatch'ı düzenlenir. Bu potlatch, özellikle her zaman bulunmadığı için kutsal olan geyik başı çorbası olmak üzere özel yiyeceklerin paylaşımını içerir. Bu tören daha sonra ruhu uğurlar.

Bu, geyik tıbbı ve enerjisiyle uyum sağlayanların doğuştan gelen medyum yeteneği ve ölülerin ruhlarıyla çalışma becerisi hakkında çok şey yansıtır. Geyik insanları, boşluğun (ölümün) buzlu sularına girip geri çıkmayı öğrenebilirler.

Dişi geyiğin evrenin ilkel anne/dişil enerjileriyle ilişkilendirilmesinin bir diğer nedeni de, yavrularını aşırı derecede korumasıdır. Çok az canlı, yavrusuyla birlikte olan bir dişi geyiğe meydan okuyabilir. Bunda, ilkel bir güce sahip büyük bir annelik enerjisi vardır.

Geyiklerin ayrıca oldukça gelişmiş bir koku alma ve işitme duyusu vardır. Koku alma duyusunun, duygusal idealizm ve ruhsal ayırt etme yeteneğinde manevi veya metafiziksel karşılıkları vardır. İşitme ise insana durugörü ve ruhsal kavrayış yetenekleri kazandırır. Geyik bir bireyle uyum sağladığında (ki bu genellikle bireyin geyikle uyum sağlamasından ziyade böyle olur), birey bu iç sese ve koku alma duyusuna daha fazla dikkat etmelidir. Bir şeylerin kokusu veya sesi doğru gelmiyor mu - nedenini tanımlayamasanız bile? Bu hislere güvenin, çünkü kısa süre içinde kendilerini tanımlayacaklardır.

Geyik yavruları da gözleri açık doğarlar ki bu çok önemlidir. Açık fikirli ve Geyik şifasıyla uyumlu olanların çoğu, iç gözleri zaten açık olarak bu dünyaya gelmiştir. Bu tür bireylerin, kendi uyanış psişik ve sezgisel yeteneklerini tanımladıkları gibi, "iç ışıklarını açmak" için çalıştıklarında cesaretlerinin kırılması alışılmadık bir durum değildir. Bu bireyler, iç ışıkları zaten açık olarak dünyaya geldiklerini anlamalıdırlar, bu nedenle bir "açma" işlemi olmayacaktır. Sıklıkla sadece hayal gücü vb. olduğunu düşündükleri şeylere güvenmeyi öğrenmek, tam Geyik gücüne olgunlaşmanın bir parçasıdır.

Bir geyik yavrusu ilk ayını atlatırsa, büyük olasılıkla yetişkinliğe kadar hayatta kalır. Bu, geyikle bağlantı kuranların yaşamları hakkında çok şey yansıtır. Geyik şifasına sahip olanların, çocukluklarında hayatlarının en zor (ve bazen travmatik) derslerini almış olmaları yaygın bir durumdur. Bu süreçten sağ çıkmaları, onları güçlendirmek ve desteklemek için yaşamın dişil sularının yaratıcı gücünden yararlanma konusunda doğuştan gelen bir yeteneği yansıtır. Geyiğin en güçlü iki kısmı, bıçak gibi kesen pençeleri ve hem dekoratif hem de savunma amaçlı olan boynuzlarıdır. Baş ve ayaklar; bu iki bölge, geyik şifasına sahip olanların vücutlarının en hassas bölgeleridir. Ayak refleksolojisi ve baş, boyun ve üst sırt masajları stresi azaltmak için önemlidir. Bu konuda herhangi bir araştırma yapılmamış olsa da, kraniosakral çalışmanın geyik şifasına sahip olanlar için iyileşmeyi ve rahatlamayı en faydalı şekilde kolaylaştıracağını düşünüyorum.

Sağlık açısından bakıldığında, geyik otçuldur ve bu da onun gücüyle gerçekten uyum sağlamak isteyenlerin beslenme ihtiyaçları hakkında çok şey söylüyor.

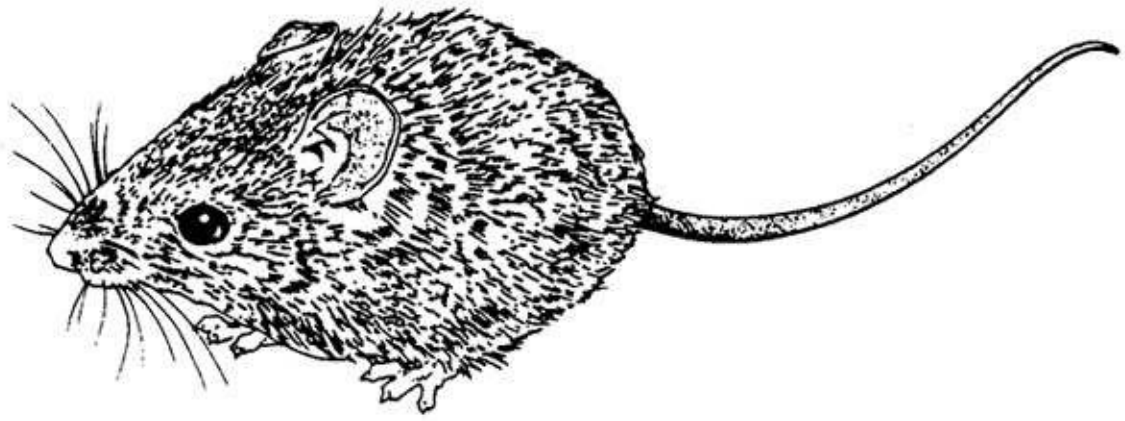
Bu, vejetaryen olunması gerektiği anlamına gelmez, aksine beslenmenin önemli bir parçası olması gerektiği anlamına gelir. Ayrıca vücudun geleneksel kimyasal ilaçlardan ziyade bitkisel alternatiflere daha güçlü yanıt vereceğini de yansıtır.

Geyiklerin gücünden bahsederken boynuzlarından da bahsetmeden olmaz. Boynuzları, boynuzlu tüm hayvanlar arasında en büyük olanıdır.

Boynuzlar, başın üst çakralarını harekete geçiren antenlerin, yani taçların eski sembolleridir. Dişi bireylerde hormon dengesizliği olmadığı sürece, türün sadece erkeklerinde boynuz bulunur. Belki de bu, erkeğin sezgisel yönlendirmelere (bu antenler aracılığıyla) daha güçlü bir şekilde kulak vermesi gerektiği fikrini yansıtır. Kadifemsi örtüyü çıkarmak için boynuzların ovulması da büyük önem taşır. Bu, her yıl dökülen boynuzlar için geçmişi serbest bırakmak amacıyla baş bölgesine masaj yapma ihtiyacını yansıtır.

Geyik aynı zamanda cinsel enerjilerin de sembolüdür. Bu cinsel enerji, ilkel yaratıcı enerjilerin fiziksel bir yansımasıdır. Bu enerjinin beden içinde ve yılın ritimleri içinde bir döngüsü vardır.

Sonbahar, geyiklerin en güçlü zamanıdır ve özellikle Ekim sonu ve Kasım ayları, geyikleri onurlandırma ayıdır. Av mevsimi sona ermiştir. Çiftleşme tamamlanmıştır ve yeni bir döngü başlamak üzeredir. Geyik tıbbı ile ilgilenenler için sonbahar güçlü bir zamandır. Kuru yaprakların kokusu, üzerlerinde yürürken çıkan çıtırtı sesi, bireyin içindeki yaşam güçlerini yeniden harekete geçiren ilkel bir özü harekete geçirir. Birçok yönden Samhain, Al Halow Arifesi, Al Saint's Day, Hasat Ritüelleri ve tüm geleneksel ritüellerle uyumludur.



Bu mevsimle ilişkili enerjiler.

Geyik her zaman güçlü bir alamet olmuştur. Rüyalarda göründüğünde uzun ve güzel bir yaşamı yansıtır. Güç verdiğine inanılırdı ve birden fazla Kızılderili kabilesi, geyik eti yedikten sonra üç kat daha hızlı ve üç kat daha uzun süre yolculuk edebileceğinize inanıyordu. (Üç sayısının mistik anlamı burada göz ardı edilmemelidir. Bu, yaratılış, annenin rahminden doğan yeni çocuktur.) Ayağının epilepsiye iyi geldiğine inanılırdı. Geyik, baş ağrısını ve baş dönmesini giderdiği ve geyik ilacının yılan ısırığına karşı panzehir olarak kabul edildiği biliniyordu.

Geyik, boz ayı dışında korktuğu bir düşmana sahip değildir, ancak boz ayıdan bile daha hızlı koşabilir ve daha hızlı yüzebilir. Manevra kabiliyeti, sezgisi ve son derece gelişmiş duyuları onu hayatta tutar.

Hemen hemen tüm kuzey Hindistan kabilelerinin, evrenselliğini ve büyük mistisizmini yansıtan geyikle ilgili efsaneleri ve öyküleri vardır. Wisconsin'deki Menomini kabilesinin bir zamanlar geyik klanı veya ailesi bile vardı. Kuzey Kutup Dairesi'nin güneyinde (Büyük Ayı Gölü ve Büyük Köle Gölü yakınlarında) yaşayan Dog-Rib Kızılderilileri, tüm kuzey hayvanlarının en zekisi olan ve Kayalık Dağları'nın oluşmasına yardımcı olan iki yaşındaki Hotah adlı bir geyikten bahsederler.

Hayatınıza geyik girdiğinde, büyük dişil güçle ve yaşamın boşluğuyla olan ilkel temas uyanır. Bu, kendinizde ve çevrenizde yeni farkındalık ve hassasiyet derinliklerini keşfetmeye yönelik bir davettir.

**FARE**

AÇILIŞ KONUŞMASI: Detaylara Dikkat

GÜÇ DÖNGÜSÜ: Beş ila Altı Haftalık Döngüler

Birçok fare türü vardır. Çoğunun ortak bazı özellikleri bulunur. Bu bölümde, bu özellikler incelenecek ve özellikle de yaygın geyik faresi (orman faresi veya beyaz ayaklı fare olarak da adlandırılır) ele alınacaktır.

Geyik faresinin büyük gözleri ve kulakları vardır ve ayaklarında beyaz eldivenler bulunur. Çoğu fare gece aktiftir, ancak bu özellikle geyik faresi için geçerlidir. Karanlıkta iyi görür, ancak güneş ışığında biraz kör gibi davranır. Bu durum diğer fareler için geçerli değildir.

Geyik faresi, terk edilmiş sincap ve kuş yuvalarında, oyuk kütüklerde, çatlaklarda ve yarıklarda yuva yapar. Yuvası genellikle küre şeklindedir ve girişinde sıcaklık için kapatılabilen bir tıpa veya kapı bulunur. Erkek ve dişi, yuvayı yeniden şekillendirmek için birlikte çalışırlar. Çoğu fare yuvasını sık sık değiştirir.

Geyik faresi, kürkünün temiz ve bakımlı kalması konusunda titizdir. Bu durum, daha sıradan olan ev faresi için geçerli değildir. Geyik faresi görünüşüne önem verir, ancak ev işlerinde özensizdir. Bu, fare totemine sahip olanlar için, titizliğin ve ayrıntılara dikkat etmenin yoğunlaştığı alanlar varken, diğer alanlarda ihmal olabileceğini yansıtır. Bu paradoks, fare totemine sahip kişilerle yaşayan ve çalışanlar için genellikle kafa karışıklığına ve bazen de rahatsızlığa neden olur.

Çoğu fare yiyecek depolar ve yıl boyunca yiyecek arar. Geyik faresi tohum, meyve ve ağaç kabuğu yer ve çiftçilerin mahsulleri ve tahılları açısından çayır faresinden daha az yıkıcıdır.

Tüm yırtıcılar farelerle beslenir. Bunu telafi etmek için fareler yılda üç veya dört kez yavru doğururlar. Sayılarının fazla olması sayesinde hayatta kalırlar.

Geyik faresi annesi, çoğu farede olduğu gibi, yavrularına yaklaşık beş hafta bakar. Sonra yavrular kendi başlarına kalırlar. Bu nedenle, eğer hayatınıza bir fare girmişse, enerjisi yaklaşık beş ila altı hafta boyunca en güçlü şekilde hissedilecektir.

Fare totem olarak ortaya çıktığında, ya ayrıntılara dikkat etme zamanı gelmiştir ya da ağaçlardan ormanı göremediğinizin bir işaretidir. Ayrıntılara o kadar çok takılmış olabilirsiniz ki, büyük resmi unutabilirsiniz.

Kendinize bazı önemli sorular sorun. Hayattaki önemsiz ama gerekli şeylerle ilgileniyor musunuz? Büyük hayallere o kadar kapılıyorsunuz ki hayatınızın diğer yönlerini ihmal mi ediyorsunuz? Bir veya iki aktiviteye o kadar odaklanıyorsunuz ki diğer fırsatları görmeyi ihmal mi ediyorsunuz? Tam önünüzde olanı kaçırıyor musunuz? Gözden kaçırdığınız veya odaklanmanız gereken bariz bir şey var mı? Aynı anda çok fazla şey yapmaya çalışıp enerjinizi dağıtıyor musunuz?

Fare tıbbı size odaklanmayı ve ayrıntılara dikkat etmeyi öğretebilir. Küçük şeylerle uğraşarak büyük şeyleri nasıl başaracağınızı gösterebilir. Fare ne zaman ortaya çıksa, dikkatle ilgili dersler vardır.

**OPOSSUM**

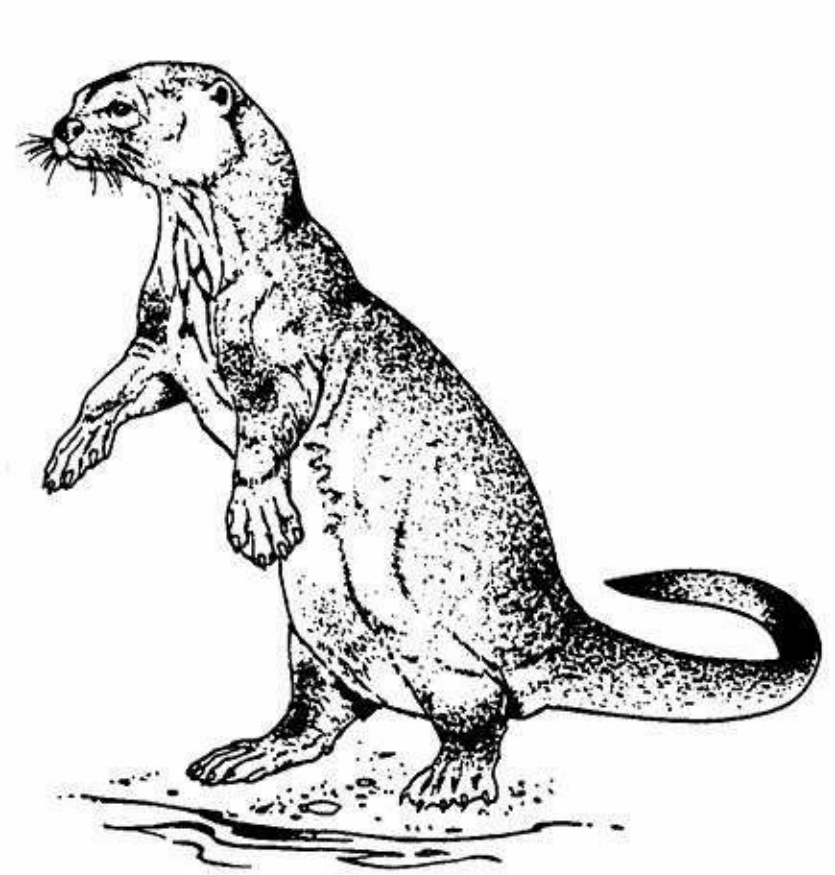
AÇILIŞ KONUŞMASI: Görünüşün Kullanımı

GÜÇ DÖNGÜSÜ: İlkbahar

Birkaç yıl önce, atölyelerim popülerlik kazanmaya yeni başladığı zamanlarda, metafizik alanında çalışan bir kişi, çalışmalarımı baltalamak için bazı gruplar arasında hakkımda dedikodular yaymaya başlamıştı. Görünüşe göre, aldığım artan ilgiden tehdit altında hissediyordu. Bir akşam atölyeden sonra, birkaç kişi bana yayılan dedikodular hakkında konuştu. Eve giderken yol boyunca çok sinirlendiğimi hatırlıyorum. Bu kişinin hikayeler uyduracağına inanamıyordum; sonuçta birlikte seyahat etmiştik. Bu kişiyle yüzleşmem gerektiğini biliyordum.

Eve geldiğimde ve garaj kapısını açtığımda, farlarım garajın arka tarafında bir çift göze takıldı. Bir opossum geçici olarak oraya yerleşmişti. Bir süpürge aldım ve onu süpürmeye çalıştım ama başaramadım. Sonunda, kendi kendine gideceğini umarak garaj kapısını açık bıraktım ve öfkemden bir süreliğine uzaklaşarak eve girdim.

Yaklaşık bir saat sonra garajı kontrol etmek için dışarı çıktım ve opossum ortadan kaybolmuştu. Arabayı garaja sürdüm ve garaj kapısını çektim. Sadece yaklaşık 12 santim kadar hareket etti ve sonra kilitlendi. Tekrar çektim, yine kilitlendi. Karanlık olduğu için, kapının raylarının sıkışmış olup olmadığını veya ne olduğunu anlayamadım. Sonunda, iki elimle kolu kavradım ve olabildiğince sertçe çektim.



Olabilirdi. Kapı açıldı ve aşağı indi. Tam o sırada, keseli sıçan garaj kapısının tepesinden yuvarlanarak başımın üstüne düştü. Sanırım altı metre sıçradım. Kimin daha çok korktuğunu bilmiyorum; ben mi yoksa keseli sıçan mı. Görünüşe göre garaj kapısının tepesine tırmanmış ve kapının kapanmasını engelleyecek şekilde sıkışmıştı.

Kafama çarptıktan sonra yere düşüp aniden uzaklaştı. Benim kadar sersemlemiş ve yara almamış görünüyordu. Kalbimi çalıştırmaya çalıştım. Eve doğru yürürken gülmeye başladım. O akşamki öfkem dağılmıştı. O zaman cevap vermemeye karar verdim. Sadece ölü taklidi yapacaktım ya da söylentilere karşı bilgisizmiş gibi davranacaktım. Birkaç hafta içinde söylentiler sona erdi ve çok sayıda telefon görüşmesi, uygun şekilde yanıt verdiğimi doğruladı. Kimse söylentilere inanmıyordu ve ders verme ve konferans davetlerim daha da arttı.

Keseli sıçan bize görünüşleri nasıl kullanacağımızı öğretir. Bazen "ölü taklidi" yapmak gerekir. Bazen en kolay ve etkili şekilde başarılı olmak için belirli bir tavır takınmak gerekir. Keseli sıçanın şifası işte bunu öğretebilir. Ayrıca başkalarının sahte tavırlar sergilediğini ve aldatmacalar yaptığını da gösterebilir. Keseli sıçan, görünüşleri en büyük yararımıza kullanmamıza ve başkalarının yanlış izlenimler yarattığını anlamamıza yardımcı olan arketipsel bir enerjiye sahiptir. Keseli sıçan, dikkati dağıtmayı veya ihtiyacımız olan herhangi bir şekilde dikkat çekmeyi öğrenmemize yardımcı olabilir.

Bazen stratejik bir şekilde davranmak veya hareket etmek gerekir. Gerçekte nasıl hissettiğimize rağmen korkak veya korkusuz görünmemiz gerekebilir. Boyun eğme veya saldırganlık göstermemiz gerekebilir. Kayıtsız veya son derece ilgili olmamız gerekebilir. Keseli sıçan en üstün oyuncudur ve oyunculuk alanında çalışanlar veya bu konuda bir şeyler öğrenmesi gerekenler, keseli sıçanla çalışmaktan daha iyisini yapamazlar.

Keseli sıçan gece aktif bir hayvandır. Kuzey Amerika kıtasındaki tek keseli hayvandır. Keseli hayvanlar, yavrularını karınlarındaki bir kesede büyütürler. Yavrular doğduklarında kördürler, ancak doğumdan hemen sonra keseye tırmanabilirler. Orada yaklaşık bir ay kalırlar.

Bahar aylarında sık sık durup yol kenarında ezilmiş veya hasar görmüş keseli sıçanları kontrol ederim. Eğer dişi bir keseli sıçansa, kesesinde yavrular olabilir.

Yavrular, anneleri öldükten sonra bile bir süre daha kesede yaşayabilirler, ancak bu süre kısadır.

Kesede meme uçları bulunur. Çoğu opossumda 13 meme ucu vardır. Bir batında on üçten çok daha fazla yavru olabilir, ancak sadece on üçü hayatta kalabilir. Bu sayı çok semboliktir. Birçok kişi onu kötü şansla ilişkilendirse

de, aynı zamanda on iki burcun etrafında döndüğü büyük güneşin de sembolüdür. İçimizdeki güneşin sembolüdür.

Özellikle keseli sıçanın "ölü taklidi" savunmasıyla ilgili olarak kese, bize en çok fayda sağlayacak olan yeteneklerimizi kullanmamıza yardımcı olma yeteneğiyle bağlantılıdır. En büyük başarı için keseden hangi görünümü kullanmanız gerektiğini gösterebilir. Anne sütü kalsiyum açısından zengindir, çünkü genç keseli sıçanların yüksek konsantrasyonlarda kalsiyuma ihtiyacı vardır. Bu toteme sahip olanlar kendi kalsiyum seviyelerini incelemelidir.

Keseli sıçanın meşhur olduğu ölü taklidi, kendi kendine yarattığı bir şok durumudur. Nabız en aza iner. Kalp atışı yavaşlar. Ölüm kokusu yayar ve görünüşte ölü gibi görünür. Keseli sıçan bu duruma aniden girip çıkabilir - neredeyse istediği zaman. Bu hareket birçok avcıyı şaşırtır. Şaşkınlık onları dikkat dağıtır ve keseli sıçan kaçmayı başarır. Keseli sıçanın totem olarak benimseyenlere öğretebileceği şey de bu tür bir esneklik ve görünüş kolaylığıdır.

Opossum bir totem olarak ortaya çıktığında, kendinize bazı önemli sorular sorun. Uygunsuz bir şekilde mi davranıyorsunuz veya davranmak üzere misiniz? Kendi görünümünüzü güçlendirmeniz mi gerekiyor? Başkaları sizin önünüzde sahte bir görünüm mü sergiliyor? Dikkatleri bir faaliyetten uzaklaştırmanız mı gerekiyor? Başkaları sizin dikkatinizi dağıtmaya mı çalışıyor? Hile çantanızdan yeni bir strateji çıkarmanın zamanı geldi mi? Gerçekçi bir şekilde rol yapmayı ve taklit etmeyi öğrenmek, opossumun öğrettiği sihirdir.

**SU SAMURU**

AÇILIŞ KONUŞMASI: Neşe, Oyunbazlık ve Paylaşım

GÜÇ DÖNGÜSÜ: İlkbahar ve Yaz

Diğer canlılar birçok insanı eğlendirir ve büyüler. Oyunbaz ifadeleri ve aktiviteleri hayal gücümüzü harekete geçirir.

İster deniz samuru olsun ister nehir samuru, onlarda doğal, neşeli bir merak vardır.

Bir keresinde Kanada'nın kuzey Ontario bölgesinde bir kano gezisi sırasında, bir su samuru kanonun önünden yaklaşık üç metre uzakta su yüzüne çıktı. Suyun dışına doğru yükseldi ve sanki bu kadar erken saatte kimin kalkıp oyun alanına geldiğini merak edercesine burnunun üzerinden etrafa bakındı. Dalıp kayboluyor, sonra da bir yana doğru tekrar ortaya çıkıyordu, sanki durumu her açıdan değerlendirmeye çalışıyormuş gibi. Merakı giderilince tekrar dalıp kayboldu ve kendi işleriyle meşgul olmaya devam etti.

Diğer canlılar merak uyandırır. Her şeye doğru açıdan bakarsak her şeyin ilginç olabileceğini bize hatırlatırlar. Oyunbazdırlar ve yaptıkları her şeyden keyif alıyor gibi görünürler.

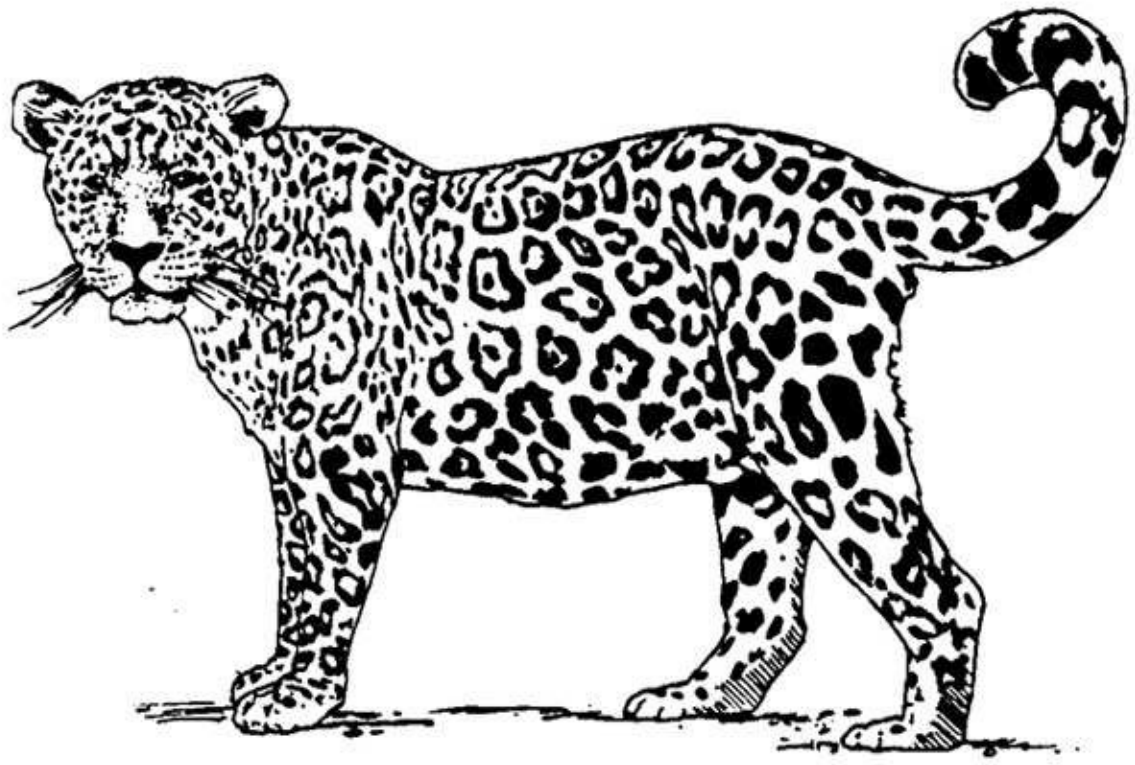
Su samurlarının yuvaları her zaman suya yakındır. Yaz aylarında, özellikle nehir su samurları, nadiren karada bulunurlar. Genellikle suyun etrafında ve içinde geniş bir yaşam alanına sahiptirler ve yuvalarını genellikle bir kokuyla işaretlerler.

Suyla olan bağlantıları, onları yaşamın temel dişil enerjilerine, özellikle de dişilliğin zevk veren yönlerine -yaratıcılığa, hayal gücüne, neşeye ve gençliğin sevgisine- bağlar. Su samurları bize içimizdeki çocuğu canlı tutmamızı veya ona hayat vermemizi hatırlatır. Doğru tutumla yaklaşırsak hayatın eğlenceli olabileceğini hatırlatır. Su samurları nadiren yalnız görülür. Ya başkalarıyla birliktedirler ya da bir nesneyle oynarlar.

Yetişkin su samurunun neredeyse hiç doğal düşmanı yoktur. Yavrularını çok iyi korurlar. Suda çevik ve hızlıdırlar, balıklardan daha hızlı yüzebilirler. Bir

tehdit olduğunda genellikle hızla uzaklaşırlar, ancak vahşi savaşçılar da olabilirler.

Yavrular doğduktan sonra anne su samuru genellikle babayı yuvadan kovar; bu da su samurunun ilk çağlarla olan bağını yansıtır.



Dişil ve annelik enerjileri ve kalıpları. Yavrular dışarıda dolaşırken, babanın da onlara katılmasına izin verilir. Genellikle iki ila dört yavru doğar, ancak yüzmeyi öğrenmeleri gerekir. Bu görevi anne üstlenir. Bazen su samurları, ilkel annelik enerjilerini ve sorumluluklarını uyandırmaya yardımcı olmak için ortaya çıkar. Bu, ev içinde sınırlarınızı belirleme ve dişil rolünüzü tanımlama ihtiyacını gösterebilir. Su samurları suda son derece çevik ve akrobatiktir. Karın üstü kaymayı ve suya dalıp çıkmayı severler. Su altındayken burun delikleri ve kulakları kapanır. Suyun, yaşamın dişil ve yaratıcı güçlerinin eski bir sembolü olduğunu hatırlayın. Bir su samurunun aktiviteleri ve oyunculuğu, hepimize -erkek ve kadın- hayatımızdaki en

büyük neşe için bir şekilde dişil niteliklere ihtiyacımız olduğunu hatırlatır. Eğer hayatınızda bir su samuru ortaya çıktıysa, biraz oyun zamanı bulmanın zamanı gelmiş olabilir. Kendinizi yaratıcı bir aktiviteye dahil edin. Bunda iyi olmanıza gerek yok; sadece eğlenin. Yoksa çok mu oyunbaz davranıyorsunuz? Odaklanamıyor musunuz? Eğlenmekten mi korkuyorsunuz? Çok mu ciddileşiyorsunuz? Endişeleniyor musunuz? İçinizdeki çocuğu uyandırmanız mı gerekiyor? Kendinize özel bir şey ısmarlayın. Başkalarına saygı gösterin; bu size sadece nasıl eğleneceğinizi öğretmekle kalmayacak, aynı zamanda hayata ve içindeki her şeye karşı yeni bir hayranlık duygusu uyandıracaktır.

**PANTER**

AÇILIŞ KONUŞMASI: Gerçek Gücünü Geri Kazanmak

GÜÇ DÖNGÜSÜ: Ayın Karanlığı-Yeni Ay-Kış

Panter çok güçlü ve kadim bir totemdir. Panter adı daha genel olarak belirli bir leopar veya jaguar türüyle ilişkilendirilir, ancak Florida bölgesinde puma da panter olarak adlandırılır. Bu çalışmanın amacı doğrultusunda, onu puma değil, leopar ve/veya jaguar ailesinin bir parçası olarak inceleyeceğiz.

Çoğu büyük kedigillerde olduğu gibi, panter de vahşet ve cesaretin sembolüdür. Kaplan ve aslan gibi, saldırganlığı ve gücü temsil eder, ancak güneşle ilgili bir anlamı yoktur. Siyah panter söz konusu olduğunda, kesinlikle ay ile ilgili bir anlamı vardır.

Herhangi bir totem gibi, bireysel özelliklerin incelenmesi, bu hayvanla uyum sağlayan kişilerde uyandırılan enerjiler hakkında çok fazla bilgi sağlayabilir. Leopar ailesinden panterler Afrika, Küçük Asya, Çin ve Hindistan'da bulunur. Jaguar ailesiyle ilişkilendirdiğimiz hayvanlar ise Amerika Birleşik Devletleri'nin güneybatısında (artık nadiren), Meksika'nın tamamında, Orta Amerika'da ve Güney Amerika'nın bazı bölgelerinde bulunur. Bu totem size

kendini gösterdiğinde, üzerinde meditasyon yapmak, onun leopar mı yoksa jaguar ailesine mi ait olduğunu belirlemenize yardımcı olacaktır. Her halükarda, her ikisini de somutlaştıran ve yansıtan özellikler vardır.

Panterler genel olarak aslan veya kaplanlardan daha küçük ama daha vahşi hayvanlardır. İstedikleri zaman kullanabilecekleri 500'den fazla istemli kasları vardır.

Bu, o hayvanı totem olarak benimsemiş bir birey hakkında çok şey yansıtır. İstediği gibi çeşitli görevleri yerine getirme yeteneğini gösterir. Bu, sadece karar verme ve bu özel "kasları" -ister fiziksel, ister zihinsel, ister ruhsal olsun- kullanma meselesidir.

Genel olarak panterler yalnız yaşayan hayvanlardır, ancak diğerleriyle de ilişki kurarlar; en rahat oldukları yer ise yalnız oldukları veya kendi belirledikleri bölgelerdir. Genellikle yalnız yaşayan bireylere ilgi duyarlar.

Panter, güzellik ve kullanışlılığın büyüleyici bir birleşimidir. Olağanüstü bir zarafete sahiptirler; kolaylıkla hareket edebilir veya tamamen donup kalabilirler. Takip ederken, avlanırken veya kovalarken sessizdirler. Panteri totem olarak benimseyenler, hedeflerine ulaşırken en büyük gücü sessizlikte bulacaklardır. Hedefler hakkında çok fazla bilgi vermek veya çok fazla konuşmak, etkinliğin bir kısmını azaltabilir.

Panterler mükemmel kısa mesafe koşucularıdır, ancak uzun mesafe koşucuları değillerdir. Sağlık açısından, panter totemine sahip olanlar, dinlenmeye ve oyun oynamaya zaman ayırarak çalışmalarını dengelemeyi öğrenmelidirler. Herhangi bir işte kendilerini çok fazla zorlamamalı veya aşırıya kaçmamalıdırlar. Bunu yaparlarsa, dengesizliklere daha yatkın olurlar. Herhangi bir ortamda zor zamanlarda, panter totemine sahip olanlar genellikle ilk ve en hızlı tepki verenlerdir ve özellikle iş ortamında son teslim tarihlerine ve baskılara etkili bir şekilde yanıt verirler.

Çiftleşmeden sonra panterler sadece kısa bir süre birlikte kalırlar. Dişi, dışarıdan müdahalelerden hoşlanmayarak yavruların yetiştirilmesini üstlenir. Bu durum, panterleri totem rehberi olarak benimseyen kadınlara sıklıkla benzer. Yavruların nasıl yetiştirilmesi gerektiği konusundaki düşüncelerine başkalarının -hatta eşlerinin bile- müdahale etmesinden hoşlanmazlar. Dişi panter neredeyse her zaman yavruları tek başına büyütür ve panter totemine sahip kadınlar da çoğu zaman aynı şeyi yaparlar; bu durum boşanmadan kaynaklanabileceği gibi, çiftin hayatının bu alanında hakimiyet kurmak için de olabilir.

Tüm kedilerin çift gözlü görüşü vardır. Her göz tek başına çalışabilir, bu da daha derin bir görüş sağlar, görüntüleri büyütür ve mesafeleri algılamayı kolaylaştırır. Bu nedenle, panterle uyum sağlayan herkes, kendi yaşamları, olaylar veya diğer insanlar hakkında daha derin bir görüş geliştirmeye başlayacaktır. Bu, sadece psişik bir görüşten daha fazlasıdır. Bu, içsel bir bilgidir.

İnsanlar genellikle içsel ışıklarını "yakmak" için egzersizler ve meditasyon yaparak metafizik alana girerler. Panter totemleri olan kişiler genellikle dünyaya zaten ışıkları yanmış olarak gelen kişilerdir. Bu nedenle, başkalarının ışıkları yandığında tarif ettiği deneyimi yaşamadıklarında cesaretlerini kaybetmemelidirler. Düşüncelerine ve içsel vizyonlarına (hayal güçlerine) güvenmelidirler, çünkü muhtemelen gerçeklikte güçlü bir temeli vardır.

Panterle bağlantı kuranlara, diğer boyutlardan ve diğer yaşam formlarından gelen iletişimi duyma yeteneği, yani durugörü yeteneği gelişir. Panterin çok güçlü bir işitme duyusu vardır. Seslerin yönünü belirlemek için kulaklarını hareket ettirebilir.

Panterin vücudunda, özellikle yüzünde, son derece hassas tüyleri vardır. Panter totemine sahip olanlar, panterin hayatlarına girdiği andan itibaren

dokunmaya karşı hassasiyetlerinin arttığını fark edeceklerdir. Deri, en büyük duyu organımızdır ve dünyayı sandığımızdan çok daha fazla derimiz aracılığıyla deneyimleriz. Panter totemine sahip olanlar, birisi onlara dokunduğunda veya başkasına dokunduklarında nasıl hissettiklerine dikkat etmelidirler.

Panterin yüz kılları özellikle hassastır ve bu toteme sahip olanlar özel bir psikometri biçimi geliştirebilirler. Bir nesnenin titreşimlerini ellerle tutup "okumak" yerine, onu yanağa veya alına yaslamak güçlü izlenimler uyandırır.

Bu cilt hassasiyeti -dokunma yeteneği- genel vücut tepkilerini artıracaktır. Genellikle iğrenç olan şeyler -örneğin yiyecekler- bu totemlere sahip kişiler için daha da iğrenç olacaktır. Panter kişinin hayatına girdiğinde, duyusal ve erojen dokunuşlar da yoğunlaşacaktır. Panterin gelişi, dişil güçlerin iki güçlü aracı olan uyanmış duyusallık ve tutku dönemini başlatır.

Panterler en büyük güçlerini karanlık saatlerde bulurlar. Bu, özellikle totem olarak siyah panteri benimseyenler için daha da geçerlidir. Güçlerinin en yüksek olduğu mevsim kıştır. Ay döngüsünün en güçlü olduğu dönem ise yeni aya kadar olan karanlık evredir.

Efsaneye göre, leopar türü panterlerin, hayvanları yiyecek için kendilerine çekmek için kullandıkları kendine özgü tatlı bir nefesleri vardır. Leopar türleri, enseden ısırarak öldürürler. Önden saldırmazlar, arkadan atılırlar. Panter totemine sahip olanlar öfkelendiklerinde başka bir bireyle doğrudan yüzleşmezler - ve bunu yapmamaları daha iyidir. Sabırla pusu kurmalı, güçlü ve sert bir şekilde saldırmak için yeterince yaklaşana kadar beklemelidirler. Avlanırken şaka yapmazlar. Bu bireyler, tabiri caizse, boğazına saldırır.

Panterin jaguar türü de avını takip eder, ancak daha güçlüdürler. Konumları ve güçleri sayesinde kafatasının şakak kemiklerini kolayca ısırarak parçalayabilirler. Ayrıca pençelerinin tek bir darbesiyle hayvanların kafalarını koparabildikleri de bilinmektedir.

Hassas yapıları nedeniyle, jaguar panterini totem olarak benimseyen bireyler, böyle bir durumda kaldıklarında nasıl en iyi şekilde karşılık vereceklerini içgüdüsel olarak bilirler ve bunu savunma amaçlı veya öfkeye tepki olarak ölümcül bir şekilde yapabilirler. Bu doğal yetenek nedeniyle, bu toteme sahip bireyler tepkilerini kontrol etmeyi öğrenmelidirler, aksi takdirde istemeden başkalarını daha derinden yaralayabilirler.

Tüm panterler arasında, muhtemelen en büyük mistisizme sahip olan kara panterdir. Dişil enerjinin, karanlık annenin, ayın karanlığının sembolüdür. Gecenin yaşamının ve gücünün sembolüdür. Yeryüzünde tezahür eden dişil enerjilerin sembolüdür. Genellikle karanlığın, ölümün ve ondan yeniden doğuşun sembolüdür. İnsanlıkta hala karanlık ve ölüme karşı ilkel bir korku mevcuttur. Kara panter, karanlığı ve ölümü ve bunların doğasında var olan güçleri anlamamıza yardımcı olur; böylece onları kabul ederek korkularımızı ortadan kaldırır ve güçlerini kullanmayı öğreniriz.

Çin'de bazen kaplan veya leopar gibi resmedilen beş efsanevi kedi vardı. Siyah, kuzeyde kış mevsimiyle birlikte hüküm sürer ve en etkili elementi sudur. Bu, dişilliğin elementidir. Bu, dişilliğin tüm yönleriyle daha büyük bir iddiasının totemidir: çocuk, bakire, baştan çıkarıcı, anne, savaşçı, kahin, yaşlı bilge kadın.

Kara panter totem olarak hayatınıza girdiğinde, içsel tutkuları uyandırır. Bu, daha aşağılık güçlerin ve içgüdülerin dizginsiz ifadeleri şeklinde kendini gösterebilir. Ayrıca kundalini'nin uyanışını da yansıtabilir ve kişinin sadece kendi gücünü keşfetme zamanını değil, daha fazlasını da işaret edebilir.

Dahası, kara panterin temel teması, *kişinin gerçek gücünü geri kazanmasıdır.*

Mitolojide ve kutsal metinlerde, panter dünyanın her yerinde dinamik bir totem olarak yer almıştır. "

Zeus'un sevdiği düveyi koruyan "Bin Gözlü Argos". Ölümünden sonra gözleri tavus kuşunun tüylerine geçti. Panter her zaman yanına gelenlere koruyucu bir enerji getirir.

Panter, İsa ile de ilişkilendirilmiştir. Abodazara'da (kutsal metinler üzerine erken dönem Yahudi yorumları), Yusuf'un ailesinin soyadı olarak listelenmiştir. Bir adamın "İsa ben Panter'in adıyla" nasıl iyileştirildiğini anlatır. Bu nedenle panter, bir tür acı ve ölüm döneminden sonra yeniden doğuş zamanını sıklıkla simgeler. Bu, eski bir sorunun nihayet çözülmeye başlanabileceği veya uzun süredir devam eden eski yaraların nihayet iyileşmeye başlayabileceği ve iyileşmeyle birlikte yaralanma anında kaybedilen gücün geri kazanılacağı anlamına gelir.

Panter aynı zamanda Bacchus/Dionysus ile ilişkilendirilen bir semboldü. Bir hikayeye göre Bacchus panterler tarafından emzirilmişti ve bazen onların çektiği bir arabaya binerken tasvir edilirdi.

Dionysos'un mitleri ve hikayeleri oldukça semboliktir. Birçoğu için o, arzuların serbest bırakılmasının ve dolayısıyla kundalini güçlerinin uyanışının sembolüdür. O ve dolayısıyla panter, varoluşun salt kutuplarından, kutuplar veya engeller olmadan yeni bir hayata geçiş zamanını sembolize eder.

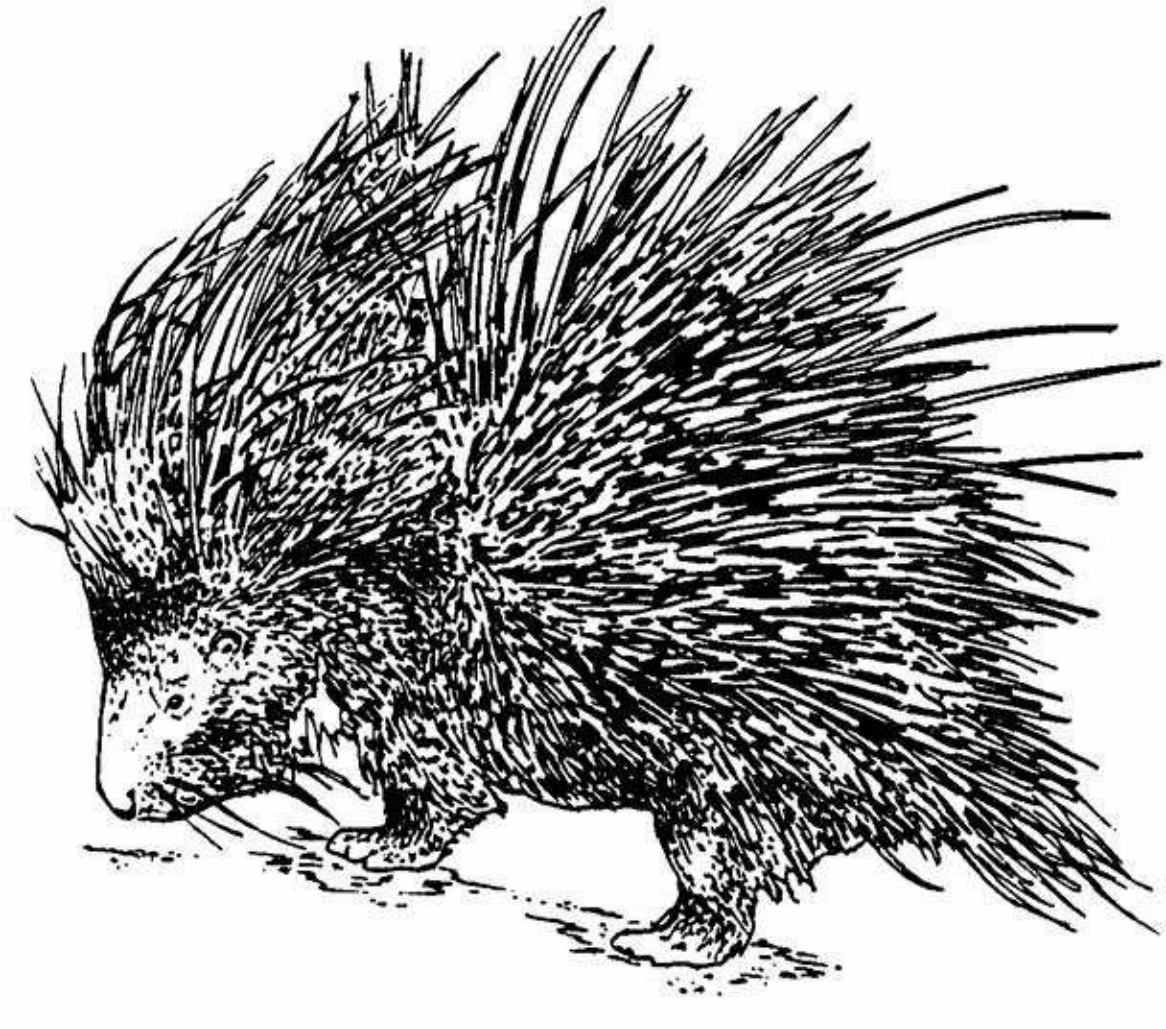
Panter, Dionysosvari bir şekilde, bastırılmış olan bilinçaltı dürtüleri ve yetenekleri uyandırır. Yaklaşan bir uyanış zamanının işaretidir.

Panter, kahramanlık arayışına uyanışın sembolüdür. Tüm Yunan kahramanları, bir tanrı ile ölümlü bir annenin birleşmesinden, büyük ateş ile büyük dişiliğin birleşmesinden doğmuştur. Kahramanlar böylece, normal sınırların ve kısıtlamaların ötesine geçmek, ilerleme ve arınmada yeni aşamalara ulaşmak için gereken itici gücü sağlayacak ilahi gücün tohumlarına sahipti. Kahramanlık öyküleri bize, ister kendi kendimize, ister dış güçlerden kaynaklanan ne kadar derin bir yozlaşma olursa olsun, bizi geri götürecek ışık ve sevginin her zaman bir vaadi olduğunu söyler. Panter hayatınıza girdiğinde, geri dönüş yolu başlamak üzeredir.

Dionysus, göklerdeki yerini alabilmek için yıllarca süren gezginlik, yağma, delilik, yıkım ve acıların üstesinden gelmek zorunda kaldı. Onun öyküsü, kendi kendimize veya başkaları tarafından dayatılan olumsuz eğilimlerin ve acıların üstesinden gelerek ilahi özümüze ulaşmanın dersini veriyor. Onun öyküsü, "bizler, oluşum aşamasındaki tanrılar ve tanrıçalarız" diyor.

Genellikle, panter totemine sahip olanların hayatlarında, kahramanlık yolunda öğretmen, besleyici ve rehber olarak hizmet edecek bir kişi ya zaten vardır ya da yakında ortaya çıkacaktır. Dionysos için bu kişi sentor Silenus ve satirlerdi. Bunlar, etrafımızda var olan alternatif gerçeklikleri ve kahramanlık yolunun müritleri haline geldikçe bunları dilediğimiz gibi görme yeteneğimizin artmasını sembolize ederler.

Bu alternatif gerçeklikler, panter totemine sahip olanlara açılacaktır. Bu alternatif gerçeklikler, içlerindeki varlıklar ve panterin enerjisi, güçlü cinsel enerjilerle bağlantılıdır. Bu, eski cinsel sorunların çözüldüğü bir dönemi yansıtabilir veya sadece bu enerjileri yargılamadan gerçek bir güç olarak kucaklamayı öğrenmeyi yansıtabilir. Cinselliğin dönüştürücü doğasını tanımalı ve öğrenmeliyiz.



Enerjiler ve onları bilinçli bir şekilde nasıl yönlendirebileceğimiz.

Dionysus, yaşam ve yeniden doğuş, tutku ve diriliş tanrısıydı. İki kez doğmuştu. Panter, kendimizin de iki kez doğma fırsatlarının geleceği bir dönemi yansıtır. Bu genellikle, hayatımızdaki rahatsız edici kötülüklerle yüzleşmemiz gerektiği anlamına gelir; bu süreç, "Eşiğin Başındaki Varlıklarla Karşılaşma" olarak bilinen şeye benzer; kendimizin veya hayatımızın, üzerini boyadığımız, örtbas ettiğimiz, dolabın arkasına ittiğimiz veya yokmuş gibi davrandığımız yönleridir. Bazen bu, en çok sevdiğimizi sandığımız şeyi kaybetme acısını çekmemiz gerektiği anlamına gelir.

Panter, yeniden doğuşun ve koruyuculuğun vaadini taşır. Zor zamanlarda ihtiyaç duyduğumuz ek korumadır. Hayatımızın karanlığında gizlenmiş olan gücün geri kazanılmasının sembolüdür. Panter, kaybedilen her şeyin daha büyük, daha güçlü ve daha faydalı bir şeyle değiştirileceğinin vaadidir.

Dionysos mitinde, kahraman, üzerinde bir çam kozalağı bulunan, sarmaşıklarla kaplı sihirli bir asa olan tirsusu taşır. Bu asa, bireye yanılsama ve aldatma yaratma yeteneği verir. Bu yolda ilerleyen bireyde ve bu panter totemiyle, insanların sizin istediğiniz gibi görmelerini ve düşünmelerini sağlama yeteneği uyanır. Bu yetenek, öz disiplin yoluyla kazanılır ve güçlendirilir. Kara panter gibi, çevrenize kolayca ve istediğiniz ölçüde uyum sağlayabilirsiniz.

Kuzey ve Güney Amerika yerlileri için, özellikle siyah panter biçimindeki jaguar, büyük bir sihir ve güçle donatılmıştı. Jaguar panter, kaplandan bile daha iyi tırmanır, koşar ve yüzer. Bu kadar çok alanda bu kadar iyi işlev görebildiği için, Latin Amerika yerlileri için ölçülemez bir gücün sembolü haline geldi. Her boyutta hakimiyetin sembolüydü.

Amazon'daki Tucano Kızılderilileri için jaguarın kükremesi gök gürültüsünün sesiydi. Bu nedenle siyah panter, karanlığın tanrısıydı ve güneşi yutarak tutulmalara neden olabilirdi. Bu, dişil güçlerin içinde var olan muazzam gücü yansıtır. Panteri totem olarak benimseyenler için bu güç giderek daha fazla deneyimlenecektir.

Arawak Kızılderilileri, her şeyin jaguarla bağlantılı olduğunu söyler. Jaguar olmadan hiçbir şey var olamaz. Jaguar, tüm yaşam ve yaşamın tüm tezahürleriyle (dolayısıyla tüm yaşamın içindeki ebedi dişil enerjiyle) olan bağdır. Onlar için, insan-jaguar olmak, en üst düzey şekil değiştirme ritüeliydi. Olmekler jaguar için anıtlar inşa etmiş, Aztekler ve Mayalar ise yarı insan yarı jaguar olmanın gücünden bahsetmiş ve bunu öğretmişlerdir.

Jaguar olabilen kişi, tüm kültürel kısıtlamalardan arınmıştır. Alter ego, arzularını, korkularını ve özlemlerini özgürce ifade edebilir.

Hint şamanları, jaguar gücünü ödünç almak için ritüeller gerçekleştirirdi. Bunu yapabilen kişi büyük iyilikler veya büyük kötülükler yapabilirdi. Latin Amerika yerlileri arasında jaguar gücünün kullanımıyla ilgili intikam, kaçırma ve hastalıkların büyük ölçüde iyileştirilmesine dair sayısız hikaye anlatılır.

Mısır ritüellerinde bile, koruma ve güçlendirme amacıyla bele panter kuyruğu takılır veya boyuna düğümlenirdi. Bu kuyruk, "deriden geçiş" adı verilen bir süreçte, yani panterin gücünü kendilerine kazandırmak için kullanılan kendi şekil değiştirme yöntemlerinde kullanılırdı.

Nietzsche bir keresinde “bizi öldürmeyen şey bizi güçlendirir” demişti. Panter toteminin gücüne açılanların hayatlarında da aynı fikir uyanır. Çocukluktan ve sonrasından gelen, acı yaratan ve doğuştan gelen güç ve yaratıcılığın kaybına neden olan şeyler yeniden uyandırılmak, yüzleşilmek ve dönüştürülmek üzeredir.

Panter, onu görenlerin kahramanlık yolunda yeni bir dönüm noktasıdır. Sadece kendi gücünü keşfetmekten çok daha fazlasını yansıtır. Aksine, kaybedilenin geri kazanılmasını ve ardındaki büyük arketipsel güçle samimi bir bağlantıyı yansıtır. Hayal edilenin ötesine geçme yeteneği verir ve bunu disiplin ve kontrolle yapma fırsatı sunar. Yaklaşan yeniden doğuşun ruhudur.

**KİRPİ**

AÇILIŞ KONUŞMASI: Yeniden Canlanan Hayranlık Duygusu

GÜÇ DÖNGÜSÜ: Sonbahar

Kirpiler, sıklıkla yanlış anlaşılan büyüleyici memelilerdir. Kirpi, kemirgenler ailesinin bir üyesidir. Bazen kirpi olarak adlandırılır, ancak bu bir hatadır; gerçek kirpi tamamen farklı bir hayvandır.

Kirpiler oldukça uysaldır ve kendi hızlarında ilerlerler. Yerde hantal ve yavaş görünseler de, mükemmel tırmanıcıdırlar ve 15-18 metre yüksekliğe tırmanabilirler. Bacakları kısa ama güçlüdür ve tırmandıkları diğer dalların gücünü test etmek için benzersiz bir yetenekleri vardır.

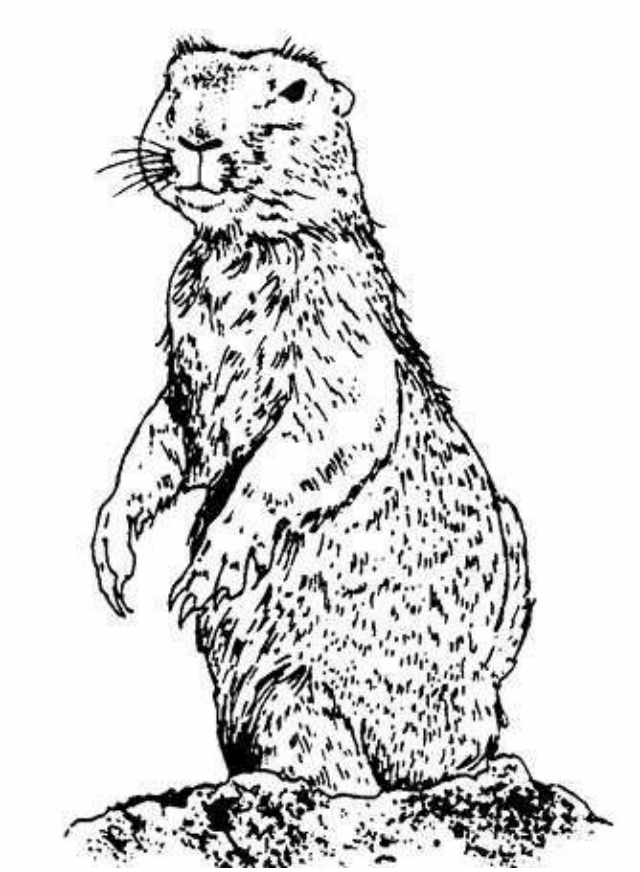
Kirpiler çoğunlukla çam ormanları olmak üzere ağaçlık alanlarda yaşarlar. Çeşitli ağaçların ve yaprak dökmeyen bitkilerin kabuklarını yerler ve çiçekleri, genç yaprakları ve nilüferleri severler. Ayrıca tuza karşı büyük bir düşkünlükleri vardır ve hafif tuz tadı olan her şeyi yerler. Bu toteme sahip kişilerin tuz tüketimine dikkat etmeleri gerekebilir. Tuza aşırı düşkünlük ve aşırı tüketim eğilimi olabilir.

Kanada'nın kuzey Ontario bölgesinde vahşi doğada ilk kirpiyle karşılaştım. Kano'mu taşımak zorunda kaldım ve nehrin bir sonraki aşamasına geldiğimde, yaklaşık bir metre kadar uzakta, kıyısında nilüferlerle beslenen bir kirpi gördüm. Meraklı ve eğlenmiş bir şekilde yukarı baktı ve sonra da beslenmesine devam etti; benden çok nilüferlerle ilgileniyordu.

Bu, kirpinin kişiliği ve karakteri hakkında çok şey yansıtıyor. İyi huylu ve yaptığı hemen her şeyden zevk alıyor gibi görünüyor. Güçlü bir merak duygusuna sahip ve karşılaştığı çoğu şeye hayret ve şaşkınlıkla dolu görünüyor. Kirpiyi totem olarak benimseyenlerde de bu aynı niteliği uyandırabiliyor. Görme yeteneği zayıf olmasına rağmen, son derece meraklı kalıyor ve görme sınırlamasına karşı aşırı temkinli davranmıyor.

Kirpinin en dikkat çekici özelliği dikenleridir. Bu aynı zamanda en yanlış anlaşılan özelliğidir. Yaklaşık 30.000 adet olan dikenler, yüz, karın altı ve kuyruk hariç vücudun tüm kısımlarını kaplar. Dikenler bir kas tabakası

tarafından kontrol edilir ve düz veya dik durabilirler. Rahatsız edildiklerinde, tehdit edildiklerinde veya taciz edildiklerinde dikleşirler. Dikenler hava ile doludur, bu da kirpinin suda yüzmesini sağlar. Bu, kirpinin duygusal alanlarda (su ile sembolize edilen) yüzebilme ve hareket edebilme yeteneğini yansıtır.



Kirpi dikenlerini fırlatmaz. Tehdit edildiğinde dikenleri dikleşir. Yüzünü korumak için, ön bacaklarının arasına yüzünü indirir, böylece dikenler yüzünü korur. Dikenler gevşek bir şekilde bağlıdır ve kolayca atılabilir. Genellikle avcının başına nişan alarak kuyruğuyla vurur. Vururs, dikenler yerinde kalır.

Okların dikenlerinde zehir bulunmaz, ancak uçlarında dikenler vardır. Ok, rakibin derisine saplandığında diken genişler.

Avcının her hareketi, tüyün daha da derine işlemesine neden olur. Bu nedenle diğer hayvanların tüyü çıkarması imkansızdır.

Kirpinin en büyük avcısı, gelincik ailesinden bir tür olan sansardır. Uzun yıllar boyunca doğa bilimciler sansarın kirpiyi sırt üstü çevirerek öldürdüğüne inanıyordu, ancak artık sansarın kirpiyi burnundan yakalayıp, ölene kadar yüzünü defalarca ısırdığını biliyorlar.

Sansar, kirpi avlamada o kadar başarılı ki, vahşi doğada sayıları giderek azalıyor. Kirpi totemine sahip olan herkesin sansar ailesini, özellikle de sansar üyesini incelemesi gerekir.

Puma'lar kirpi avlamada da başarılıdır. Kirpiyi sırt üstü çevirip savunmasız karnını açığa çıkarma becerisini öğrenmişlerdir. Kirpi totemine sahip olanlar tarafından puma'nın da incelenmesi gerekir.

Kirpiler genellikle oyuk kütüklerde, mağaralarda ve deliklerde yaşarlar. Kışın ise zamanlarının çoğunu ağaçlarda geçirirler. Karların arasında sürünmektense ağaçlara tırmanmak onlar için daha kolaydır.

Kirpi yavruları genellikle tek tek doğar, ancak nadiren ikiz de doğabilir. Sonbaharda çiftleşirler ve yavrular yaklaşık yedi ay sonra dünyaya gelir. Yavruları sadece anne büyütür. Kirpiler 9 ila 15 yıl arasında yaşayabilirler.

Genç kirpiler büyüdükçe, genellikle arka ayakları üzerinde durup ileri geri sallanarak, patilerini çırptıkları görülür. Bu ritmik bir egzersizdir. Gözlemlendiğinde, bir dansa çok benzer ve kirpiler, yaşam dansında yeni bir ritme girmemize yardımcı olabilir; bu ritim, hayranlık uyandıracaktır. Dans aynı zamanda, kirpi totemine sahip herkesin büyük zevk ve rahatlama bulabileceği saf bir keyif yoludur.

Kirpiler ayrıca nezleye de yakalanabilirler. Bu, hayvanları etkileyen grip benzeri bir hastalıktır. Genellikle besin eksikliğinden kaynaklanır.

Kirpi totemine sahip olan herkes besin ve vitamin açısından zengin bir beslenme düzenine dikkat etmelidir. Özellikle yeşil sebzeler tüketmek sağlık açısından faydalı olacaktır, çünkü kirpi otçuldur. Enerjinizin azaldığını veya soğuk algınlığı ve grip benzeri belirtiler gösterdiğinizi hissederseniz, beslenme düzeninizi kontrol edin.

Kirpi insanları, kızdırıldıklarında insanlara sert ve yoğun bir şekilde saldırma konusunda ustadırlar. En uzun süre en çok acı verecek şeyi söyleme veya yapma konusunda yeteneklidirler; tıpkı dikeninin derine daha derine batması gibi. Bunu her zaman kullanmazlar, ancak kullandıklarında, darbeyi iyi anlarlar.

Kirpi ortaya çıktığında, hayatınıza bir göz atın. Başkalarının görüşlerinin, aksi takdirde eğlenceli ve keyifli olabilecek aktiviteleri keşfetmenizi engellemesine izin veriyor musunuz? Hayatınızda boş zamanınız var mı? Başkalarının iğneleyici sözlerine aşırı duyarlı mısınız?

Sözleriniz yersiz mi yoksa başkalarının keyfini mi kaçırıyor? Eskiden kalma iğneleyici sözlerin sizi hâlâ rahatsız etmesine ve incitmesine izin mi veriyorsunuz? Bazen, ne kadar acı verici olursa olsun, eski iğneleyici sözleri ortadan kaldırmak gerekir ki, bunlar sistemi zehirleyip iltihaplanmasın.

Kirpiler size başkalarının dikenlerine nasıl direneceğinizi gösterebilir. Olumsuz koşullara rağmen hayattan zevk almayı ve ona karşı hayranlık duygusunu korumayı öğretebilirler. Çok ciddiyetsiz bir şekilde nasıl ilerleyeceğinizi ve yine de nasıl başarıya ulaşacağınızı gösterebilirler. İçinizdeki çocuğu hayatın tüm dikenlerinden nasıl koruyacağınızı ve kırılganlığınızdaki gücü size gösterebilirler.

**ÇAYIR KÖPEĞİ**

AÇILIŞ KONUŞMASI: Topluluk

GÜÇ DÖNGÜSÜ: İlkbahar ve Yaz

Belki kurt dışında hiçbir hayvan, topluluk fikrini çayır köpeğinden daha iyi temsil etmez. Bir çayır köpeği topluluğu her zaman hareketlilikle doludur. Çayır köpeği sincap ailesinin bir üyesidir ve iki ana türü vardır. Siyah kuyruklu olanlar ağırlıklı olarak ovalarda yaşar ve en yaygın olanıdır. İkincisinin kuyruk uçları beyazdır.

Dağlarda yaşıyorlar ve pek sosyal değiller.

Çayır köpekleri, yeraltı tünellerinden oluşan bir ağ olan bir kasabada yaşarlar. Yuvalar veya evler, ayrı tünellerden ve odalardan oluşur. Kasabanın tamamı, üyelerinin birbirine bağımlı olduğu gruplara veya ayrı topluluklara bölünmüştür. Kasabanın her bölümü, ayrı "klanların" üyeleri tarafından iskan edilir.

Tünellerin kazılması sırasında, toprak arkalarından dışarı atılır. Bu, giriş kısmında zemin seviyesinin üzerinde yükseltilmiş bir tümsek alanı oluşturur.

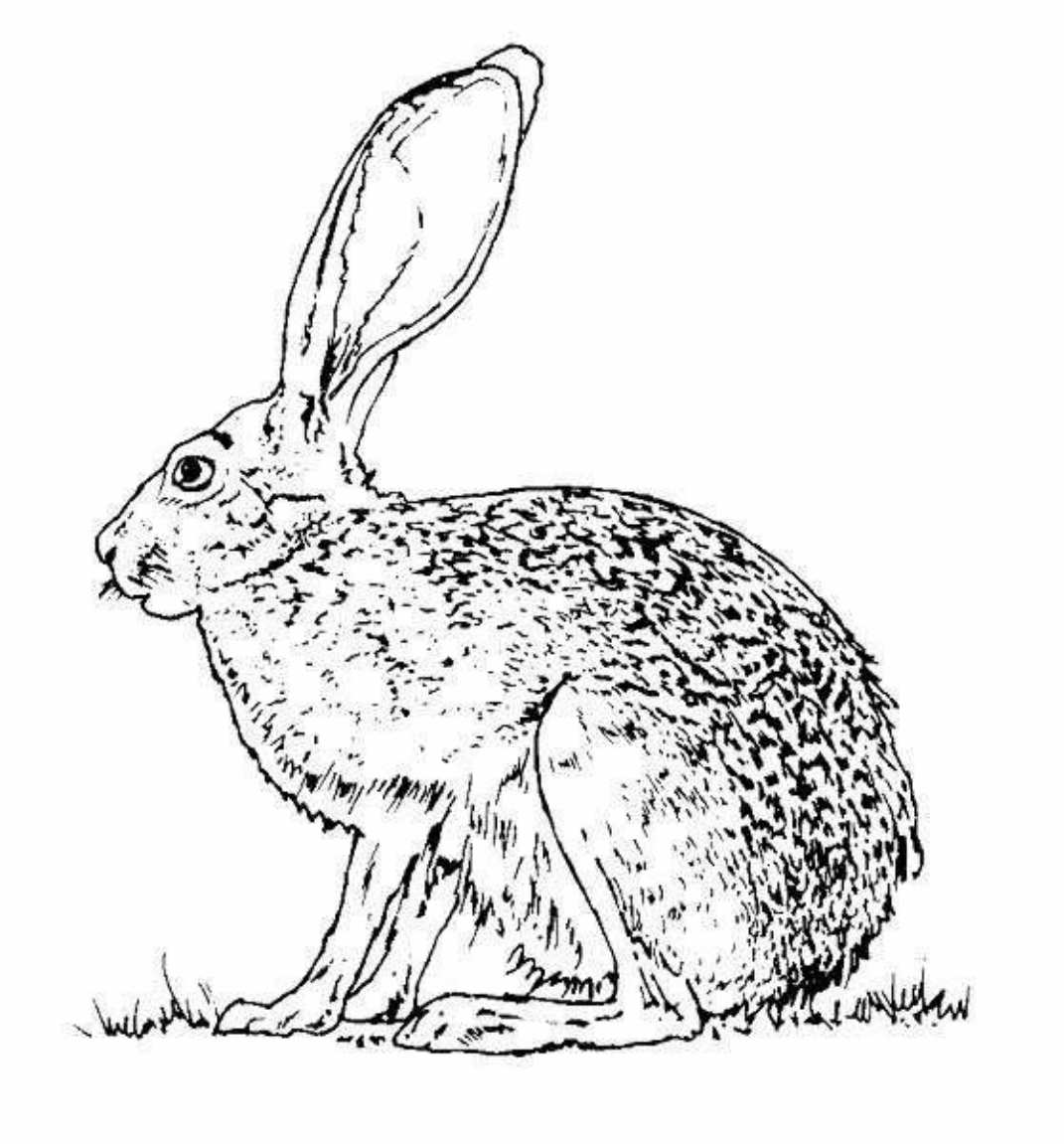
Ardından girişin etrafındaki bitkileri keserek çayır köpeklerinin yırtıcı hayvanlara karşı daha kolay gözetleme yapmasını sağlarlar. Bekçi çayır köpeği tiz çığlıklar şeklinde alarm verir.

Eskiden başlıca avcısı kara ayaklı gelincikti, ancak şimdi sadece esaret altında yaşıyor. Onu ovalara geri kazandırma çabaları çok sınırlı başarı sağladı. Günümüzde başlıca avcıları baykuşlar ve yılanlardır ve çayır köpeği totemine sahip herkes bunları incelemelidir.

Çayır köpekleri ot ve bitkilerle beslenir. Nadiren su içerler, nem ihtiyaçlarını bitkilerden karşılarlar. Kışın ise ağırlıklı olarak biriktirdikleri yağlarla beslenirler.

Çayır köpeği totemine sahip bireylerin beslenmelerinde bol miktarda sebzeye yer vermeleri gerekebilir. Düzenli olarak bol miktarda taze sebze tükettikleri sürece su alımı onlar için o kadar önemli olmayabilir. Bu toteme sahip bireyler ayrıca güneşe karşı hassasiyet yaşayabilir ve güneş gözlüğü takmaları çok faydalı olacaktır. Çayır köpeklerinin gözlerinde güneşin parlamasını bir nebze de olsa filtreleyen turuncu renkli mercekler bulunur. Bu, sık sık güneşlenirken görüldükleri için onlara yardımcı olur.

Çayır köpekleri çok sosyal hayvanlardır. Birbirlerini öpüşerek ve sarılarak selamlarlar. Ağızları açıkken dişlerini birbirine değdirirler. Sevgi göstermeyi çok severler. Eğer bir çayır köpeği totem olarak ortaya çıktıysa, kendi sosyalliğinizi gözden geçirin. Siz veya çevrenizdekiler sosyal mi, yoksa sosyal olmayan mı davranıyorsunuz? Gereksiz yere içine kapanık olmaya mı çalışıyorsunuz? Daha fazla sevgi göstermeye mi ihtiyacınız var?



Geçmişte neler yaşadınız?

Aile, iş veya sosyal çevreniz olsun, topluluk duygunuzu inceleyin. Tam olarak katılıyor musunuz? Başkaları katılıyor mu? Sorumlulukları paylaşarak başkalarıyla birlikte yaşamayı öğrenmeniz gerekiyor mu? Çayır köpeği genellikle topluluk yaşamına ve bu yaşamdaki rolünüze dair algılarınızda değişiklikler olacağını gösterir. Bu dersler, çayır köpeğinin ortalama yaşam süresi olan beş ila yedi yıllık bir süreye yayılabilir.

Çayır köpekleri kazıcı hayvanlar olduğu için, totem olarak ortaya çıktıklarında, hayatınızın farklı alanlarında ne kadar kazı yapmanız gerektiği üzerine düşünmeniz gerekebilir. Çevrenizdeki insanların hayatlarına daha derinlemesine dahil olmanız gerekiyor mu? Yoksa çok mu fazla dahil oldunuz?

Birçok insan çayır köpeğini zararlı bir hayvan olarak görüp ortadan kaldırılması gerektiğini düşünse de, aslında doğada değerli bir amaca hizmet eder. Kazdıkları tüneller toprağı havalandırarak bitkilerin daha kolay büyümesine neden olur. Ayrıca, toprağın altına daha fazla nemin ulaşmasını sağlarlar.

Çayır köpeği ortaya çıktığında, genellikle topluluğa daha aktif bir şekilde katılmanın zamanı gelmiştir. Değişiklikler gereklidir. Kendinizi dahil edin ve başkalarının suçlamalarının katılımınızdan sizi caydırmasına izin vermeyin.

**TAVŞAN (HARE)**

AÇILIŞ KONUŞMASI: Doğurganlık ve Yeni Yaşam

ENERJİ DÖNGÜSÜ: Yıl boyu

Tavşan, özü ve enerjisi bir paradoks olan bir hayvandır. Hem mitlerde hem de halk hikayelerinde bulunur ve topluma bağlı olarak çeşitli şekillerde algılanmıştır. Yunan mitolojisinde tanrıça Hecate ile ilişkilendirilmiştir. Mısır hiyerogliflerinde varlık kavramıyla ilişkilendirilmiştir. Eski İbraniler onu şehvet düşkünü olduğu için kirli saymışlardır (Tesniye xiv, 7). II Algonkin Kızılderilileri arasında Büyük Tavşan, hayvan-yarı tanrıdır.” 58

Çin'de on iki astrolojik burçtan biridir. En şanslı burç olarak kabul edilirdi ve bu burç altında doğanlara ayın güçlerine sahip olma yeteneği verirdi. Tavşan burcunda doğanlar hassas ve sanatsal olarak değerlendirilir. Tavşan, ayda yaşamanın yanı sıra hırs, incelik ve erdemle de donatılmıştır.

Tavşan, üreme yeteneği, çevikliği, büyük sıçramalar ve zıplamalar yapabilme becerisiyle bilinir. primarily olarak zıplama ve sıçramalarla hareket eder ve bu totemi taşıyan kişiler de çabalarının bu şekilde gerçekleştiğini fark ederler. Bu özelliklerin hepsi, bu totemi taşıyanlar için önemlidir.

Tavşan çoğunlukla çalılıklar ve uzun otların arasında bulunur. Hem gündüz hem de gece aktiftir, ancak en çok şafak ve alacakaranlıkta görülür. Bu zamanlar uzun zamandır Peri Diyarı ile ilişkilendirilmiştir ve bu nedenle tavşan, insanı farkında olmadan Peri Diyarı'na götürebilecek bir hayvan olarak görülür. Bunun en yaygın örneği, Alice'in beyaz bir tavşanı bir delikten aşağıya, harika bir macera dünyasına kadar takip ettiği Lewis Carroll'un Alice Harikalar Diyarında öyküsünde bulunur.

Tavşanlar ve fareler en yaygın av hayvanlarıdır. Bu nedenle doğa, onlara muazzam bir üreme yeteneği bahşetmiştir.

Tavşanlar yılda iki ila beş arasında yavru doğurabilir, genellikle her batında üç ila altı yavru bulunur. Bu nedenle tavşan uzun zamandır cinsellik ve doğurganlığın sembolü olmuştur.

Anne tavşan yavrularını sadece sabah ve akşam besler. Günün geri kalanını yuvadan uzakta, kendi karnını doyurarak geçirir. Bu, yavruların dikkat çekmemesi için koruyucu bir davranıştır. Ne yazık ki, birçok insan anne tavşan uzaktayken yavru tavşanlara rastlar ve bunların terk edilmiş olduğunu varsayar. Daha sonra insanlar yavruları başka bir yere taşırlar.

Bir ay, yani 28 gün içinde yavrular kendi başlarına yaşamaya başlayabilirler. Yuvalarında kalabilirler, ancak kendi başlarına da hayatta kalabilirler. Yeni bir yavru grubu gelirse, anne eski yavru grubunu dışarı atar. Bu 28 günlük süre, tavşan ile ay arasındaki bağlantıyı bir kez daha güçlendirir.

Genellikle bir tavşan totemi ortaya çıkarsa, hayatınızda 28 günlük bir döngünün tezahür etmeye başladığını göreceksiniz.

En yaygın iki tavşan türü, pamuk kuyruklu tavşan ve kır tavşanıdır. Pamuk kuyruklu tavşanın kulakları kır tavşanından daha kısadır ve kürkü yıl boyunca aynı kalır. Kır tavşanının kürkü kışın açılır, hatta beyazlaşır. Her iki hayvan da zıplayabilir ve hoplayabilir.

Tavşan totemine sahip olanlar, hayatlarında çeşitli derecelerde sıçramalar ve atlamalar şeklinde hareketler göreceklerdir. Bu, istikrarlı, adım adım bir hareket olmayacaktır. Sıçramalar ve atlamalar genellikle bir ay döngüsünden (28 gün) daha uzun sürmez.

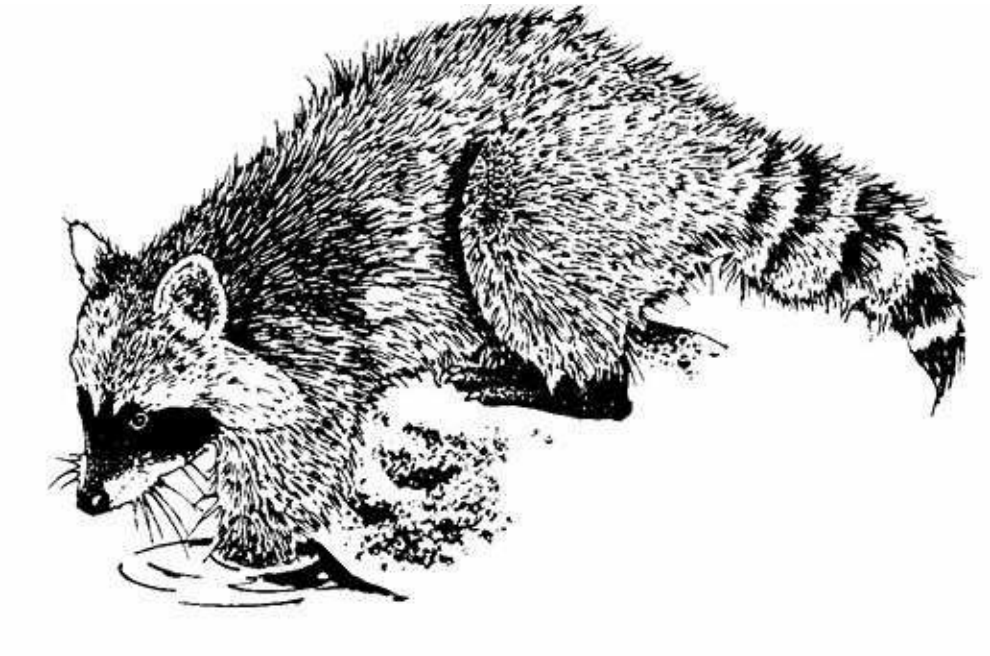
Bazıları tavşanı korkuyla ilişkilendirse de, tavşanın harika savunma yetenekleri vardır. Bu totemle bağlantılı olanlar, bu yetenekleri kendi hayatlarına da uygulamalıdır. Tavşanlar genellikle saklanmak ve dinlenmek için şekiller oluştururlar. Bir şekil oluşturmak için, tavşan toprağa veya çime önü ve arkası açık, sığ bir çukur kazar; böylece gerekirse kaçabilir. Tavşan totemine sahip kişiler olasılıkları planlamalıdır. Bir tavşan ortaya çıktıysa, daha fazla planlama yapmanız veya zaten başlattığınız planları kontrol etmeniz gerektiğine işaret edebilir. Kendinizi köşeye sıkıştırmak istemezsiniz. Tavşanların görülmekten kaçınma konusunda bir yeteneği vardır. Mükemmel bir şekilde hareketsiz kalabilirler. Hareketin birçok yırtıcı hayvan tarafından çok uzak mesafelerden algılanabileceğini bilirler. Rekabete giriyorsanız -işte veya oyunda- hamlelerinizi önceden belli etmemeniz önemlidir.

Tavşanlar ayrıca geri dönme ve hızlı dönüşler yapma konusunda da zekidirler. Kaçmaları gerektiğinde son derece hızlı olabilirler. Donakalmaktan büyük bir hıza geçmeyi öğrenmek, bu toteme sahip herkesin öğrenmesi gereken bir şeydir. Bu, başarınıza yardımcı olacak ve

yalnızca kısa anlar için ortaya çıkabilecek fırsatlardan yararlanmanızı sağlayacaktır.

Tavşanlar vejetaryendir. Bu toteme sahip olanların tükettikleri yiyecek türlerini gözden geçirmeleri gerekebilir. En iyi sağlık ve iyileşme için, geçici bile olsa vejetaryen bir diyet güçlendirici ve iyileştirici olacaktır.

Tavşan burcu, çevrenizdeki işaretleri nasıl tanıyacağınızı size gösterebilir. Ay döngüsüne uyum sağlamanıza ve hayatınızdaki hareketlilik dalgalarını fark etmenize yardımcı olabilir. Bu da hayatınızda daha da verimli olmanızı sağlayacaktır.



**RAKUN**

AÇILIŞ KONUŞMASI: Beceri ve Kamuflaj

GÜÇ DÖNGÜSÜ: İlkbahar ve Yaz - Gece

Rakunlar büyüleyici hayvanlardır. Ayı ile uzaktan akraba oldukları için, bu totem hayvanına sahip olan herkes tarafından incelenmelidir. Rakun, en

uyumlu hayvanlardan biridir ve doğal yaşam alanına yapılan müdahalelere rağmen, şehir içinde bile yaşayabilmektedir.

Rakun adının, bazılarına göre, "el kaşıyıcı" anlamına gelen Algonkin Kızılderili dilindeki "arckunem" kelimesinden geldiğine inanılıyor. 59 Pençeleri çok beceriklidir. Rakunlar kapakları, kilitleri, kapı kollarını ve benzerlerini açmada uzman olabilirler. Bu nedenle, genellikle hırsızlıkla, yani girmemeleri gereken şeylere girebilme yetenekleriyle ünlüdürler. Hırsızlık yapan kişilerin, olumlu bir şekilde kullanılmasa bile, rakun ilacı bulundurmaları şaşırtıcı olmazdı.

Rakunlar suya hayrandır. Ellerini ve yiyeceklerini suya batırmayı severler. Bu da, yedikleri her şeyi önce yıkamadan asla yemedikleri inancına yol açmıştır. Aslında, su rakunların ellerinin hassasiyetini artırır ve yiyeceklerini daha iyi hissedebilirler.

Rakun, bulabildiği hemen hemen her şeyi yer. Küçük avları yakalar, ancak genellikle çoğunlukla sebze ve meyve yer. Bu, bu toteme sahip olanların da aklında tutması gereken bir şeydir.

Rakunlar son derece meraklıdır ve bu da kısmen neden sık sık yapmamaları gereken şeylere bulaştıklarının sebebidir. Keşfetmeyi çok severler. Gece gezileri mini maceralara benzetilebilir. Yeni ortamlara karşı çok meraklı olabilirler ve onları büyüleyen her şeyi incelerler.

Rakunların en dikkat çekici özelliklerinden biri de taktıkları maskedir. Bazıları bunu hırsızlıkla ilişkilendirse de, aslında rakuna çok güçlü bir mistik sembolizm kazandırır. Maskelerin bilinç değişikliği sağlamak ve diğer şifa ve ritüel amaçlarla kullanılması her toplumun bir parçası olmuştur. Maske yapımı, törenlerde, kutlamalarda ve büyülü uygulamalarda tüm dünyada kullanılan eski bir sanattır.

İnsanlar bir maskenin ardında gizlenerek başka bir şeye veya başka birine dönüşebilirler. Maske takarak istediğimiz her şey olabiliriz.

Maskeler gizemle yüklüdür. Dönüşüm araçlarıdırlar. Gizli yönü, sır perdesi, dönüşümü destekler. Olduğumuz halimizi olmak istediğimiz hale dönüştürmemize yardımcı olur ve bize sihir katar.

Tıpkı rakun örneğinde olduğu gibi, maskelerde de belirsizlik ve muğlaklık vardır. Maske taktığımızda artık sandığımız kişi değilizdir. Kendimizi başka bir güçle bütünleştiririz. Zihnimizde ve fiziksel dünyada yeni boyutlara ve yeni varoluşa geçebileceğimiz bir kapı, bir eşik yaratırız.

Bu, rakunun büyüsüdür. Kılık değiştirme ve gizlilik konusunda uzmandır. Çeşitli amaçlar için maske takmayı bilir. Size de maske takmayı, kılık değiştirmeyi ve kendinizi dönüştürmeyi öğretebilir. Herkes rakunla olan ilişkisini kendine özgü bir şekilde geliştirmelidir, ancak rakun tıbbı size taktığınız maskelerde nasıl ustalaşacağınızı öğretebilir. Size iyileştirici bir maske takmayı veya dönüşeceğiniz yüzü gösterebilir. Rakun, yüzlerimizi nasıl değiştireceğimiz bilgisini elinde tutar.

Ders ve atölye çalışmaları vermek için seyahatlere çıktığımda, yaklaşan oturumla ilişkili enerjileri belirlemek için ortaya çıkabilecek hayvanları gözlemlerim. Maske yapımı üzerine ilk dersimi verdiğimde, seyahatlerde normalde gördüklerimden başka hiçbir hayvan görmedim. Biraz şaşırdım çünkü genellikle yeni derslerde yeni bir hayvan ortaya çıkar.

Ders iyi geçti ve arabamla uzaklaşırken farlarım bir hayvanın gözlerine yansıdı. Yavaşladım, yola bir kedi veya köpek çıktığını düşündüm. Yaklaştıkça, yol kenarında oturan bir rakun gördüm, maskeli gözleri bana dikilmişti. Yavaşça ilerledim ve yanına durdum. Hareket etmedi. Sadece bana baktı. Ona başımla selam verip derse yardım ettiği için teşekkür ederken tüylerim diken diken oldu. Rakunun maske yapımı dersine enerji

katmak için ortaya çıkacağını daha önce hiç düşünmemiştim. O zamandan beri, maske yapımı dersine giderken veya dersten dönerken her zaman rakunlarla karşılaşıyorum. Rakuna yardımı için minnettarım.

Rakun, maskeler ve kılık değiştirme yoluyla dönüşümün bilgisini barındırır. Bu bilgi, dini ve ritüel uygulamalarda veya normal günlük hayatta uygulanabilir. Daha büyük başarı için insanlara farklı bir yüz göstermeniz mi gerekiyor? Gerçek benliğinizi mi saklıyorsunuz? Başkaları gerçek benliklerini mi saklıyor? Rakun, cevapları bulmanıza yardımcı olabilir.

Rakunlar kış uykusuna yatmazlar, ancak kış boyunca vücut yağlarından beslenerek derin bir uykuya dalarlar. Bu durum, kendinizin bir yönünü uyutmak ve diğerini uyandırmak için maske kullanmayı öğrenmekle bağlantılıdır. Bu aynı zamanda rakun tıbbının öğretebileceği şeylerden biridir. Yeni, değişmiş bilinç halleri ve boyutlar elde etmek için maske kullanmada beceri geliştirmenize yardımcı olacaktır.

Rakunlar çok cesur ve oldukça vahşi olabilirler. Her bahar ve yaz başlarında Brukner Doğa Merkezi'ne rakun yavruları getirilir. Onlarla çalışmak ve onlarla ilgilenmek, gençken bile vahşiliklerine karşı büyük bir saygı duymamı sağladı. Yaşlandıklarında çok huysuzlaşabilirler. Doğada rakunlar aldatıcı ve çeviktirler. Kendilerini savunmada uzmandırlar.

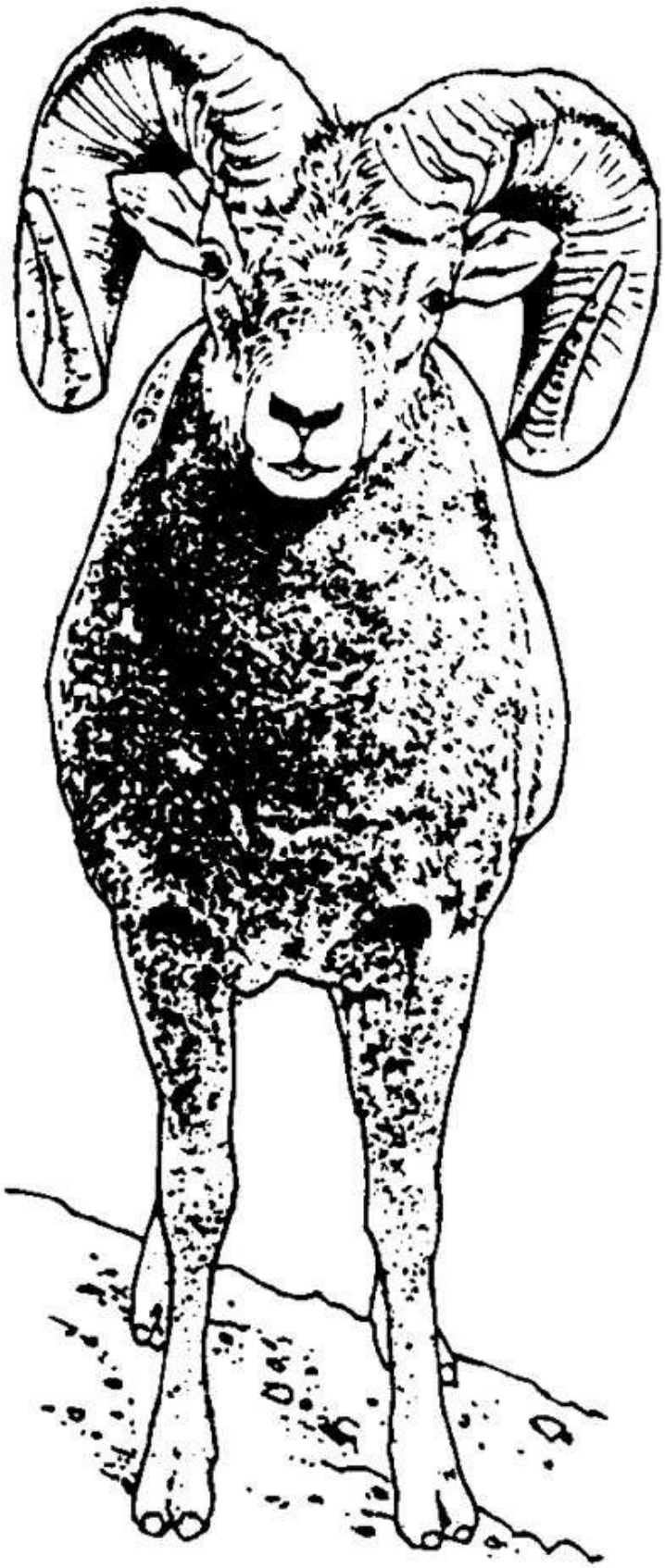
Rakunlar, özellikle yuvaları için oyuk kütükleri severler. Yılda bir veya iki kez, genellikle iki ila yedi yavru doğururlar. Yaklaşık yirmi haftalık olduklarında kendi başlarına yaşayabilirler, ancak çok sosyal hayvanlardır ve bir rakun gördüğünüz yerde genellikle bir başkasını da bulursunuz. Ayrıca vahşi doğada çoğu hayvandan daha uzun yaşarlar - yaklaşık on yıl.

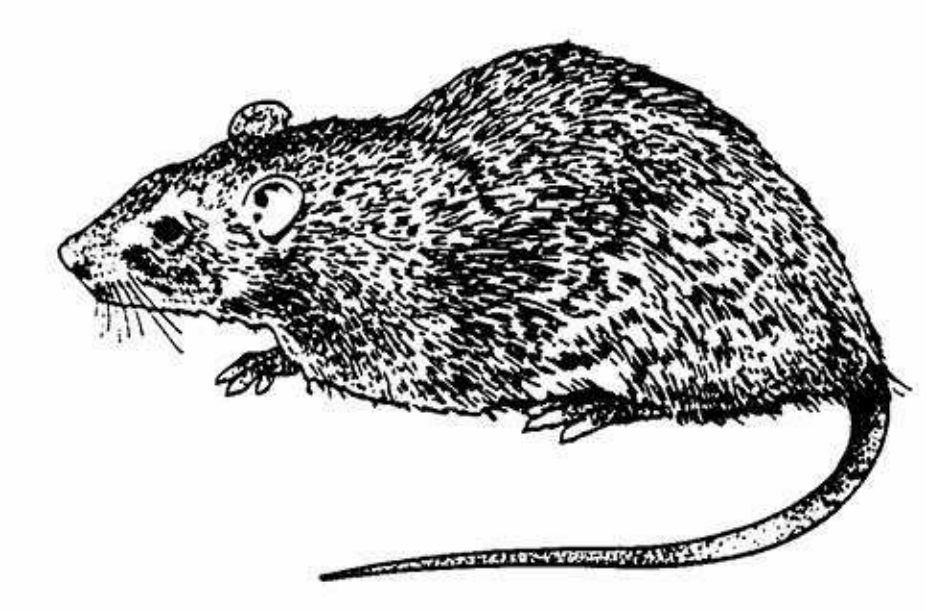
Eğer bir rakun ortaya çıkmışsa, etkisini uzun süre hissedebilirsiniz. Değişiklikler yapmaya çalışıyorsanız veya daha iyi bir konumda olana kadar yaptığınız değişiklikleri başkalarından gizlemeye çalışıyorsanız, yaklaşık 20

haftalık bir döngü kullanmayı planlayın. Bunun daha etkili olduğunu göreceksiniz. Daha uzun ve büyük yaşam dönüşümleri ve benzeri şeyler için, rakun ortaya çıktığında daha uzun vadeli planlar yapmak isteyebilirsiniz.

**RAMS (Büyük Boynuzlu Koyunlar)**

AÇILIŞ KONUŞMASI: Yeni Başlangıçlar Arayışı





GÜÇ DÖNGÜSÜ: Sonbaharın Sonu ve Kışın Başı

Koç, uzun zamandır birçok toplumda sembolik bir öneme sahip olmuştur. Birçoğu için kurbanın sembolüydü. Ritüel geleneklerinde çeşitli amaçlarla kurban edilirdi. Bu, İncil'deki anlatılarda sıkça görülür. Musa, Fısıh Bayramı'nı bir kuzu kurban ederek başlatmıştır. Ayrıca, Yunan kahramanlık öyküsü Jason ve Altın Post'un Peşinde'de görüldüğü gibi, büyük ödüllerin peşinde koşmanın sembolüydü. Aynı zamanda büyük bir güç ve kudretin de sembolüdür. Birçok toplumda, düşmanların kapılarını ve geçitlerini yıkmak için koçbaşları kullanılırdı.

Eğer hayatınızda koç burcu belirdiyse, hayatınızın bazı alanlarında yeni başlangıçlar aramaya hazırlanın. Koç, astrolojik yılın ilk ayı olan Koç burcunun sembolüdür. Yeni başlangıçların zamanı olan ilkbaharda düşer. Koç, bize kendimizi yeni alanlarda ortaya koymamız gerektiğini söyler.

Çin astrolojisinde keçi ve koyun (koç) sıklıkla birbirinin yerine kullanılır ve yılın on iki ayından birini temsil eder. Hassasiyet ve azimle ilişkilendirilen

bir burçtur. Biraz soğukkanlıdırlar, düşüncelerini doğrudan dile getirmezler ve Çin geleneğinde pratiklikten uzak bir eğilimleri de olabilir.

Gerçek hayatta koçlar, mitoloji ve efsanelerde onlarla ilişkilendirilen birçok özelliği bünyesinde barındırır. Güçleri ve kuvvetleri, doğa filmlerinde sıklıkla kafa kafaya mücadele ettikleri sahnelerle tasvir edilir.

Büyük boynuzlu koyun ailesine ait erkek ve dişi koyunlar ağaç sınırının üstünde yaşarlar. Taze otlar ve bazı bitkilerin çiçekleriyle beslenirler.

İlkbahar ve yaz boyunca yağ tabakaları ve kalın bir kürk oluşturarak kışları atlatmalarını sağlarlar.

Koçun en belirgin özelliği boynuzlarıdır. Bu toteme sahip bireylerde boynuzlar büyük bir zihinsel aktiviteyi tetikler. Sürekli beslenmesi gereken ve her geçen yıl daha da güçlenen bir merak ve aktif hayal gücü vardır; tıpkı koçun boynuzlarının her geçen yıl daha da büyümesi gibi.

Koçun boynuzları silah, savunma biçimi ve statü sembolüdür. Hayvanın yaşamı boyunca büyürler ve sonunda tam bir kıvrım veya spiral oluştururlar. Spiral, büyük bir yaratıcılığın sembolüdür ve koçta baş ile ilişkilendirildiği için daha da büyük bir öneme sahiptir. Bu toteme sahip olanlar için, zihinsel yeteneklerde, hayal gücünde ve ilhamda yeni bir uyarılma yaşanacak ve bunu hayata geçirme enerjisi ortaya çıkacaktır.

Genç koçlar genellikle bir tür "dağın kralı" oyunu oynar, güçlerini ve yeni pozisyonlarını test ederler. Bu durum, hiyerarşinin daha belirgin hale geldiği sonbaharda en çok görülür. Koyunlarla çiftleşme hakkı için mücadeleler başlar. Koçlar döner, havada atılır ve kafaları çarpışır, boynuzları birbirine vurur. Bu, biri yenilgiyi kabul edene kadar devam eder. Bu totem sahibi olanlar için sonbahar, gücünüzü ortaya koyma ve yeni zorluklara atılma zamanı olabilir.

Bir koç yaklaşık 14 yıl yaşayabilir, ancak yaşam süresi boynuzların büyüklüğüyle azalır. Boynuzlar ne kadar büyükse, düellolar o kadar sık olur. Boynuzlardaki halkalar aslında koçun yaşını gösterir.

Dağ keçileri gibi yaban koyunlarının da sıkıştırıcı parmakları vardır. Tırnakları, şokları emmeye ve tutunmaya yardımcı olan elastik bir malzeme ile kaplıdır. Koyunların eklemleri, aşağıya doğru yaptıkları büyük sıçramalarda minyatür şok emiciler gibi davranır. Yaban koyunlarının tutunabileceği sadece iki inçlik bir alan yeterlidir.

Bu, bu totem sembolüne sahip olanlar için çok önemlidir. Yeni başlangıçlar için açılan kapıların küçük olabileceğini, ancak harekete geçilirse güvence altına alınabileceğini hatırlatır. Bu totem sembolüne sahip olanlar, yeni adımlar atarken ve yeni başlangıçlar yaparken güvenli bir şekilde ayaklarının üzerine düşebileceklerine güvenmeyi öğrenmelidirler.

Eğer hayatınıza koç burcu girdiyse, biraz inceleme yapın ama çok fazla oyalanmayın. Genellikle yeni başlangıçlar yapmanın, yeni girişimlerde bulunmanın zamanının geldiğinin bir işaretidir; sadece düşünmekle yetinmeyin. Karşınıza çıkan fırsatlardan yararlanıyor musunuz? Yeni sıçramalar ve tırmanışlar yaparken dengenizi koruyor musunuz? İşleri uygun şekilde başlatıyor musunuz? Fikirlerinizi hayata geçiriyor musunuz yoksa sadece konuşuyor musunuz? Koç burcu ortaya çıktığında, size zihnin ve hayal gücünün gücünü ortaya çıkarmayı ve bunları yeni zirveler ve yeni maceralar aramak için kullanmayı öğretecektir.

**FARE**

AÇILIŞ KONUŞMASI: Başarı, Huzursuzluk ve Kurnazlık

ENERJİ DÖNGÜSÜ: Yıl boyu

Bir fare görmek genellikle çoğu insanı tedirgin eder. Fareler sıklıkla bulaşıcı hastalıklar taşır ve farelerin pek de zarif bir üne sahip olmamalarına rağmen, son derece uyum sağlayabilen hayvanlardır.

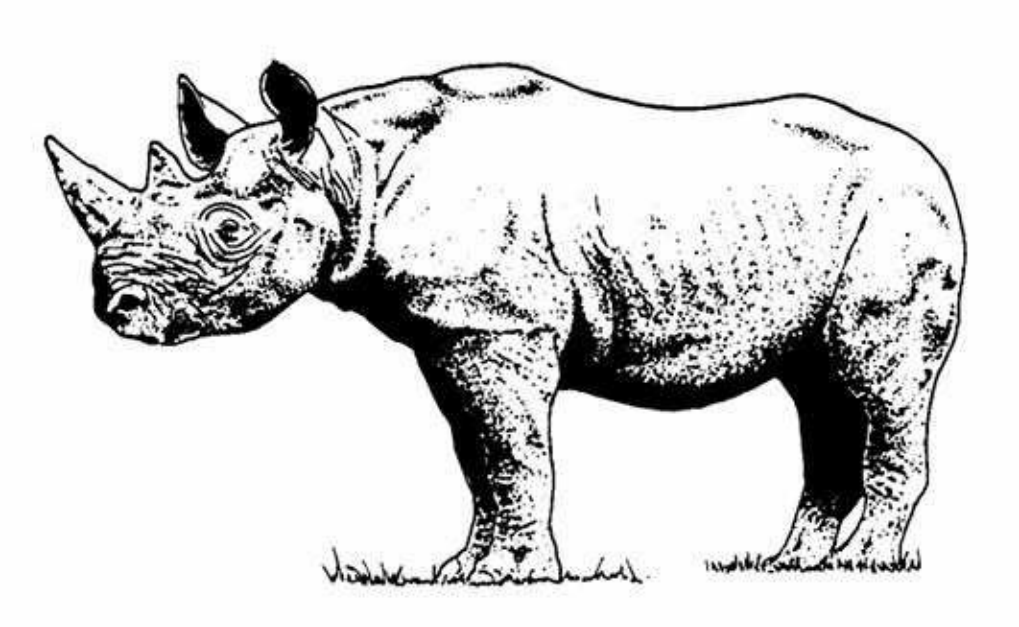
Çin astrolojisinde ilk yıl fareye atanmıştır. Bir efsaneye göre, bir zamanlar Buda tüm hayvanları yanına çağırmıştır. Tüm hayvanlardan sadece on ikisi gelmiş ve ilki fare olmuştur. Buda, her hayvanı onurlandırmak için her birine bir yıl adı vermiş ve ilk yılı fareye vermiştir. Çin astrolojisinde fare yılında doğan kişilerin başarı odaklı, bazen huzursuz ve sinirli, ancak her zaman çok kurnaz oldukları söylenir.

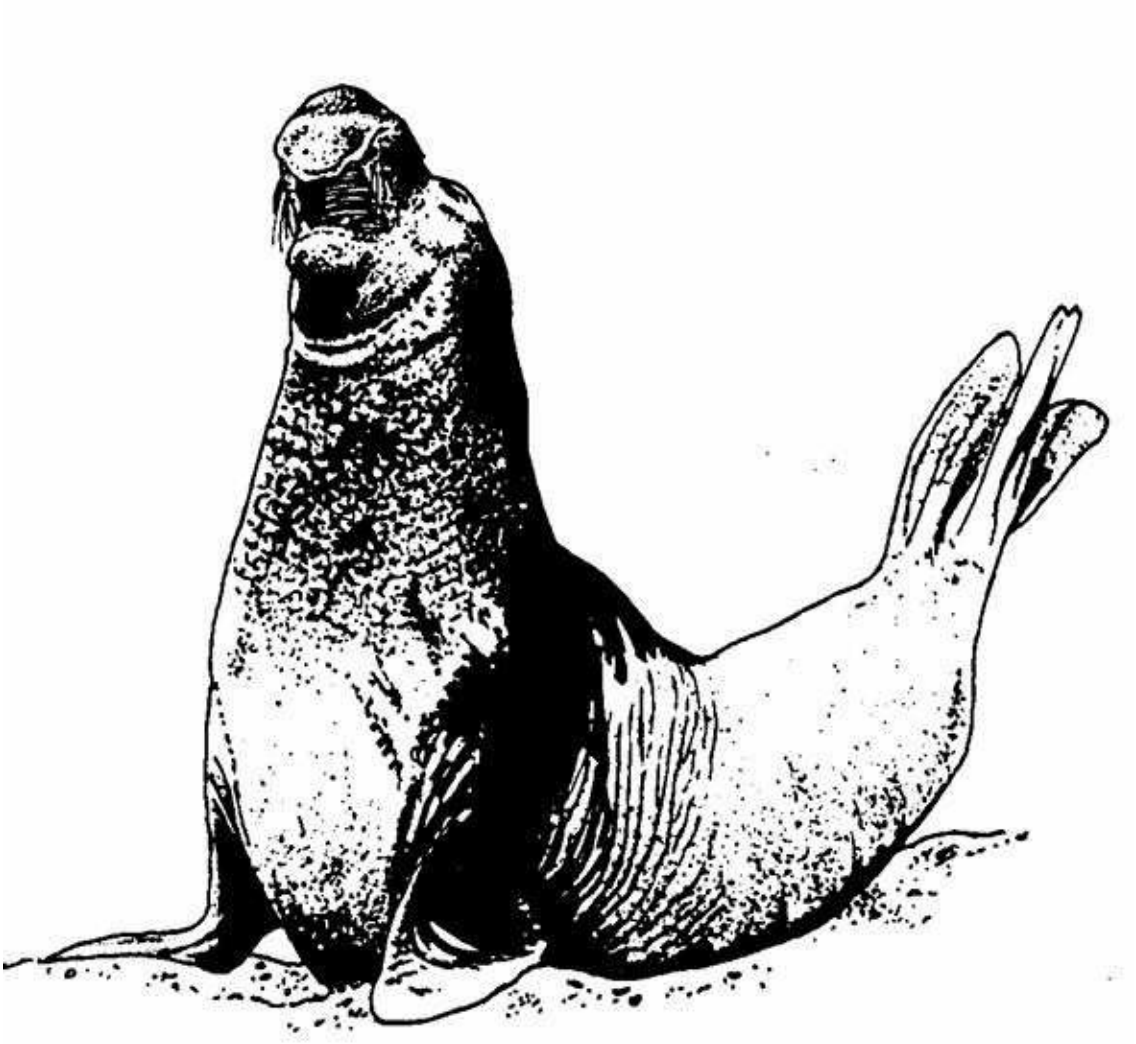
Şehir sıçanı bir haşere olsa da, kuzeni olan orman sıçanı veya kır sıçanı son derece istisnai bir hayvandır. Zekidir ve genellikle akıl yürütme yeteneği gösterir. Çalışmalar, vahşi sıçanların laboratuvar sıçanlarından daha zeki olduğunu göstermiştir. Sıçan, insanlığın çabalarına rağmen çoğalmayı başarmıştır. Bu başarı arzusu, sıçanın sizinle konuşmaya gelmesinin nedeni olabilir. Çok mu hızlı sürüyorsunuz?

Yeterince çaba göstermiyor musunuz? Hedeflerinize ulaşmak için daha agresif olmanız mı gerekiyor?

Fareler oldukça sosyaldir ve hayatta kalma çabalarında sıklıkla işbirliği yaparlar. İlginç bir ekonomi anlayışını yansıtan yiyecek depolama yetenekleri vardır. Çoğu ortamda hayatta kalabilme yetenekleriyle en uyumlu hayvanlardan biridirler.

Bu ülkeye iki fare türü getirildi: Doğu'dan gelen kara fare ve Norveç veya kahverengi fare. İkisinden Norveç faresi daha yaygındır.





Genellikle en zararlısı olarak kabul edilir çünkü büyük miktarlarda depolanmış yiyeceği kolayca yok edebilir. Mümkünse, fareyi tanımlayın. Öncelikle kendinize şu soruyu sorun: Bu bir kır faresi mi yoksa şehir faresi mi? Ve sonra oradan devam edin.

Eğer bir fare totem olarak karşınıza çıktıysa, kendinizi daha huzursuz hissedebilirsiniz. Bu, tüm ilişkilerinizde daha kurnaz olmanız gerektiğine işaret edebilir. Hayatınızdaki zararlılarla doğru şekilde başa çıkamıyor musunuz? Daha uyumlu olmanız mı gerekiyor? Hatta başarı için daha agresif bir şekilde çabalamanız gerektiğine de işaret edebilir. Fareyi

gördüğünüzde sergilediği davranış, size özellikle ne tür bir enerji getirdiğini belirlemenize yardımcı olacaktır.

**GERGEDAN**

AÇILIŞ KONUŞMASI: Kadim Bilgelik

ENERJİ DÖNGÜSÜ: Yıl boyu

Günümüzde beş gergedan türü bulunmaktadır; ikisi Afrika'da, üçü Asya'da. Afrika gergedanı, iki boynuzuyla Hint gergedanından ayırt edilebilir. Toteminizin tam türü, bulunduğu dünya bölgeleriyle olası geçmiş yaşam bağlantıları da dahil olmak üzere daha spesifik bilgiler sağlayacaktır. Gergedan, dev memeliler çağının hayatta kalan bir örneğidir. Adını, sırasıyla burun ve boynuz anlamına gelen "rhino" ve "keras" kelimelerinden almıştır.

Gergedanlar temelde yalnız yaşayan hayvanlardır ve kadim zamanlardan kalma soylarından geldikleri için, kişinin kendi yalnızlığında huzur bulma enerjisini beraberlerinde getirirler. Kendi içinde rahat olmayı öğretirler. Gizem okulunun "Kendini tanı!" ilkesinin somutlaşmış halidirler.

Gergedanın en önemli özelliği elbette boynuzudur. Çoğu hayvandan farklı olarak, boynuz başın üstünde değil, burun üzerinde bulunur. Tüm boynuzlar sembolik açıdan daha yüksek hassasiyet sağlasa da, gergedan örneğinde bu totem sahibi olanlara koku alma duyusunun o bölgesine karşı daha büyük bir hassasiyet kazandırır. Koku alma duyusu uzun zamandır daha yüksek ayırt etme enerjisinin, manevi idealizmin ve daha yüksek bilgeliğin uygulanmasının sembolü olmuştur. Gergedanın duyusal gelişimine baktığımızda, bu daha da belirginleşir. Görme duyusu nispeten zayıf olsa da, koku ve işitme duyuları keskindir.

Eğer gergedan bir totem olarak ortaya çıktıysa, kendi içsel ayırt etme yeteneğinizi incelemeniz gerekiyor. Kendi içsel bilgeliğinize, yani neyin işe yaradığını ve en iyi olduğunu bildiğinize güvenmiyor musunuz? Kendi öğrenmenizin temelini küçümsüyor veya hafife mi alıyorsunuz? Sonuçta sizden daha iyi kimsenin sizi tanımadığını mı unutuyorsunuz? Sadece görünüşe bakıp yüzeyin ötesini görmeyi mi reddediyorsunuz?

Afrika beyaz gergedanı nesli tükenmekte olan bir türdür. Afrika ekolojisinin sembolü haline gelmiştir. Yaşam alanlarının kaybından ve gergedan boynuzlarının sihirli güçlerine dair cahilce batıl inançlar nedeniyle büyük paralar ödeyen kaçak avcılar tarafından avlanmasından muzdariptir. Boynuz bir semboldür ve tıbbi bir değeri yoktur. Boynuz, normal boynuz ve geyik boynuzlarını oluşturan kemikli maddeden bile oluşmaz. Aksine, oldukça ince ve deri benzeri bir malzemeden yapılmıştır.

Beyaz gergedan Afrika savanlarında bulunur. Uzun otları sever. Boyutuna rağmen, gerektiğinde şaşırtıcı derecede çevik olabilir. Oldukça barışçıl bir hayvandır. Gergedan bir seferde sadece bir yavru doğurur ve beyaz gergedanlarda gebelik süresi yaklaşık 17 ila 18 aydır. Bu toteme sahip olanlar için, kadim bilgeliğe yeni bir erişim ve bunun kendi yaşamlarına entegrasyonunun yaklaşık aynı zaman diliminde gerçekleşmesini bekleyin.

Bu totem hayvanına sahip olanların, öküzkuşu kuşunu da incelemeleri faydalı olacaktır. Bu kuş, gergedanın yoldaşıdır. Hatta bazen gergedan kuşu olarak da adlandırılır. Sırtına konar ve sokan sinekleri ve keneleri uzaklaştırır.

Gergedan, hayatınızın bilgeliğini görmenize yardımcı olacaktır. Sağlamlığı, hayatı doğru perspektife oturtmanıza yardımcı olacaktır. Gergedanın kadim yanı, kendi içsel bilgeliğinizden yararlanmanıza ve bunu günümüze uygulamanıza yardımcı olacaktır.

**DENİZ ASLANLARI ve FOKLAR**

AÇILIŞ KONUŞMASI: Aktif Hayal Gücü, Yaratıcılık ve Berrak Rüya Görme

ENERJİ DÖNGÜSÜ: Yıl boyu

Foklar ve deniz aslanları çoğu insanı eğlendirir ve büyüler. Görünüş olarak benzer olsalar da aynı değillerdir. Birçok ortak özelliğe sahip olsalar da karıştırılmamalıdırlar. Her ikisi de genellikle "yüzgeç ayaklılar" olarak çevrilen, ancak kelimenin tam anlamıyla "tüy ayaklılar" anlamına gelen pinnipedia olarak bilinen memeliler takımına aittir. Fok adı, karada hareket etme biçimlerinden dolayı "sürüklemek" anlamına gelen Anglo-Saksonca "seolb" kelimesinden gelmektedir.

Hem foklar hem de deniz aslanları karada zaman geçirseler de, foklar suda daha rahat hissederler. Deniz aslanları, foklar gibi tamamen su hayvanı değillerdir. Ayrıca karada foklardan çok daha hareketlidirler. Bunun nedeni, deniz aslanının arka yüzgeçlerinin foklara göre çok daha esnek olmasıdır. Boynu da foklarınkinden daha esnektir. Çoğu zaman halkın gösteri yapan "foklar" olarak adlandırdığı hayvanlar aslında deniz aslanlarıdır.

Deniz aslanlarından daha fazla fok çeşidi vardır. Fil foku, hepsinin en büyüğüdür. Adını büyüklüğünden ve erkeklerinin sarkık burnundan almıştır. Çiftleşme mevsiminde erkekler vahşi kavgalar eder ve bazen çok fazla kan dökülse de, nadiren gururlarından daha fazla bir şey zarar görür. 1800'lerin sonlarında, koruma yasaları yürürlüğe konmadan önce fil fokunun sayısı sadece 100'e kadar düşmüştü. Bugün ise sayıları yeniden artmıştır. Liman foku, tüm foklar arasında en geniş alana yayılanıdır. Deniz aslanı ve fok ailesinin diğer üyeleri gibi, su dışında doğum yapar. Belirli fok veya deniz aslanı türünün, kendi hayatınızdaki özel rolünü belirlemek için incelenmesi gerekir.

Fok ile deniz aslanı arasındaki en belirgin özellik, fokların dış kulaklarının olmaması, sadece küçük açıklıklara sahip olmalarıdır. Deniz aslanının ise dış kulakları vardır. Her ikisinin de küçük olması, sembolik önemlerini daha da belirginleştirir. Kulaklar işitme ve denge merkezidir ve bu önem kendi hayatınıza da uygulanmalıdır.

Eğer totem olarak bir fok veya deniz aslanı belirmişse, bazı sorgulamalar yapmanın zamanı gelmiştir. Dengenizi mi kaybediyorsunuz? Hayal gücünüz o kadar mı açıldı ki, ayaklarınız yere basmıyor mu? Dinlememeniz gereken şeyleri ve insanları mı dinliyorsunuz? Dinlemeniz gerekenleri dinlemiyor musunuz? İç sesinizi dinliyor musunuz (özellikle fok totemi söz konusu

olduğunda)? Kendi sözleriniz yerine başkalarının sözlerini mi takip ediyorsunuz?

Hem fok hem de deniz aslanı suyla ilişkilendirilir. Zamanlarının büyük bir bölümünü suyun içinde ve çevresinde geçirirler. Su, yaratıcı bir unsurdur. Dişil enerjinin, duygusallığın, hayal gücünün ve rüya zamanının sembolüdür. Bu hayvanlar ortaya çıktığında, rüyalarınızın daha da canlı ve anlamlı hale gelmesini bekleyebilirsiniz. Dikkat edin. Rüyalarınızın ve hayallerinizin büyük bir kısmı, ne kadar uçuk olursa olsun, gerçeklikte güçlü bir temele sahip olabilir.

Yanınızda bir not defteri bulundurun, çünkü hayal gücünüz uyanmak ve harekete geçmek üzere. Foklar ve deniz aslanları size hayal gücünüzü nasıl geliştireceğinizi ve odaklayacağınızı öğretebilir. Onların enerjilerinden yararlanarak her gün içinde bulunduğunuz "gerçek" dünyayı nasıl etkileyeceğinizi öğretebilirler. Foklar ve deniz aslanları ayrıca bizi gerçekliğe bağlı tutarak hayal gücünün içinde kaybolmamamızı veya çok fazla kapılmamamızı sağlayabilirler.

Unutmayın ki her ikisi de dinlenmek ve çiftleşmek için sudan çıkarlar. Yavrularını her zaman karada doğururlar. Bu çok önemlidir, çünkü yaratıcı gücü içselden dışarı çıkarıp harekete geçirme yeteneğini yansıtır. Fok ve deniz aslanı insanları için, içlerindeki güçlü yaratıcı hayal gücüne ve ilham kaynağına dikkat etmek önemlidir. Bu bireyler son derece hayal gücü yüksek ve çok yaratıcıdırlar ve bu enerjileri yönlendiren ve kanalize eden aktivitelere ihtiyaç duyarlar.

Bu totemlerin teşvik ettiği bu tür yaratıcılık, efsane ve rivayetlerde peri aleminin varlıklarıyla sıkça ilişkilendirilen yaratıcı yaşam gücüne benzer. Shetland Adaları ve İzlanda'nın Selkileri, gri fok şeklini alan su ruhlarıydı. Efsaneye göre, geceleri kıyıya gelir ve fok derilerini atarak ay ışığında erkek ve kadın olarak yürüyüp dans ederlerdi. Kadın selkiler çok güzel ve arzulu,

erkek selkiler ise yakışıklı ve aşık idi. Çocuk sahibi olmak isteyen insan kadınlar, suyun derinliklerinden bir selki sevgilisini çıkarmak için suya yedi gözyaşı dökerlerdi.

Bu totem tarafından harekete geçirilen yaratıcı enerjilerin sınırı yoktur. Rüyaları canlandırır ve hayal gücünü uyandırarak dış dünyaya uygulanmalarını sağlar. Fokların ve deniz aslanlarının arketipsel gücü, onları totem olarak benimseyenlerin içsel hayal gücünü dış gerçekliklerle dengelemeyi öğrenmelerine yardımcı olur; böylece her iki yön de daha renkli ve faydalı hale gelir.

**KOKARCA**

AÇILIŞ KONUŞMASI: Duygusallık, Saygı ve Özsaygı

ENERJİ DÖNGÜSÜ: Yıl boyu

Hayvan programında gönüllü olarak çalıştığım ve rehberli turlar verdiğim Brukner Doğa Merkezi'nde, hayvanlar hakkında konuşma geleneğimiz var. Kokarca gösterilmeden önce, dinleyiciler ellerini kaldırıp konuşmacının ardından tekrar ederler: "Söz veriyorum... bir sonraki hayvan getirildiğinde... burnumu tutmayacağım... ya da 'Ooooh!' demeyeceğim." Elbette, o zamana kadar herkes göreceği hayvanın kokarca olduğunu anlar. Kokarca, en çok tanınan memelilerden biridir, ancak aynı zamanda en yanlış anlaşılanlardan biridir. Gizemli ve büyülü çağrışımları olan çok güçlü bir totemdir. İnsanların ona nasıl tepki verdiğine bakın. Ona ve yapabileceklerine büyük saygı gösteriyorlar. Kokarcanın öğrettiği şeylerden biri de budur. Saygı göstermeyi, saygı beklemeyi ve saygı talep etmeyi öğretir. Kendi niteliklerinizi tanımanıza ve onları ortaya koymanıza yardımcı olur.

Kokarca hiçbir hayvanın yolundan çekilmez. Kendi hızında, kendi aklıyla hareket eder. Kendinden emin ve özgüvenlidir. Eğer bir kokarca ortaya

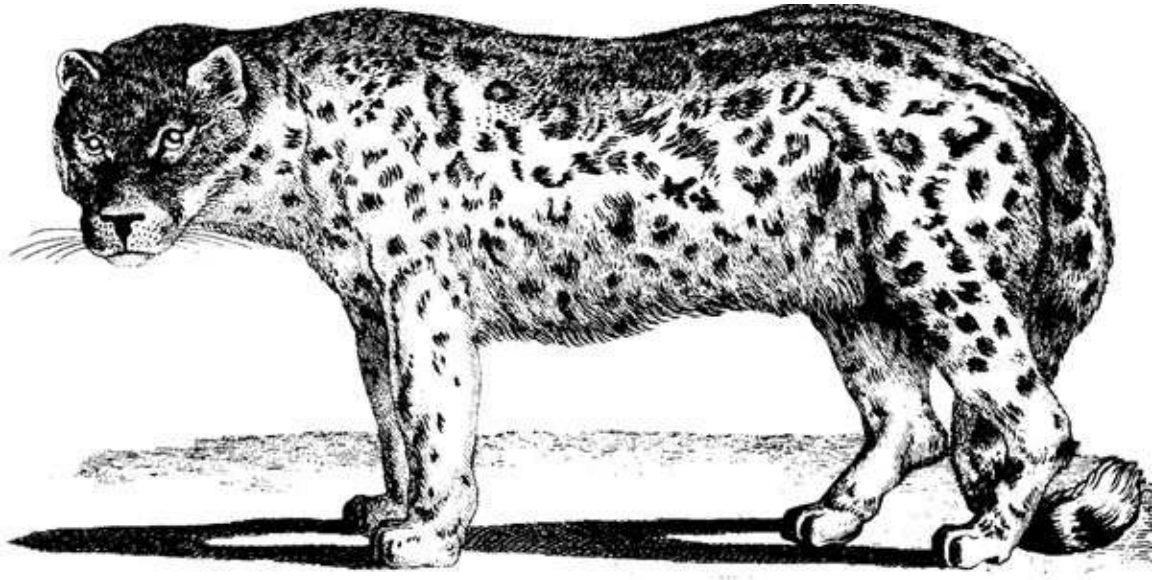
çıktıysa, bu özel konuda size yardımcı olmak için olabilir. Size daha özgüvenli olmayı ve kendinizi nasıl savunacağınızı öğretebilir.

Kokarca hayvanının doğal düşmanı büyük boynuzlu baykuştur. Kokarca, baykuşun en sevdiği yiyecektir. Bu baykuş incelenmelidir çünkü kokarcanın karşıtı veya dengeleyici tıbbının bir parçasıdır. Özü, kokarca ilacını en iyi nasıl uygulayacağınızı görmenize yardımcı olabilir.

Kokarcılar korkusuzdurlar, ama aynı zamanda çok barışçıldırlar. Yavaş ve sakin hareket ederler ve sadece son çare olarak koku püskürtürler. Doğaları gereği barışçıl oldukları için, koku püskürtmeden önce her zaman uyarıda bulunurlar. Bu uyarı üç aşamadan oluşur. İlk olarak, ayaklarını yere vurur ve size sırtını döner. İkinci olarak, koku püskürten bez kuyruğunun altında bulunduğu için kuyruğunu yukarı kaldırır. Üçüncü aşamaya gelindiğinde, genellikle çok geçtir. Kuyruğunu kaldırdıktan sonra, kokarca omzunun üzerinden geriye bakar. Bu, koku püskürtmek için doğru açıyı ayarlamak içindir. Kokarca sizi omzunun üzerinden gördüğü anda, artık çok geçtir.

Kokarca, inanılmaz bir isabetle 3,5-4,5 metre uzağa koku püskürtebilir. Doğal olarak tekrar birikmesi gerekmeden önce beş ila altı kez püskürtme işlemini tekrarlayabilir. Püskürtülen koku tahriş edici bir kimyasaldır. Öldürmez, ancak gözleri yakabilir ve duyuları uyuşturabilir. Bazen kokarca, kibirli ve rahatsız edici olmadan nasıl daha fazla ilgi çekebileceğimizi öğretmek için bir totem olarak ortaya çıkar. Bazen de hayatımızdaki aşırı derecede rahatsız edici insanlarla başa çıkmamıza yardımcı olmak için ortaya çıkar. Domates suyu hala kokarca kokusunu gidermeye yardımcı olan tek şeydir. Bu toteme sahip olanlar domatese karşı hassasiyet gösterebilir veya hayatlarında daha fazla domatese ihtiyaç duyabilirler. Domatesin nitelikleri ve özellikleri incelenmelidir, çünkü kokarca ile ilişkilendirilen karşıt veya dengeleyici tıbbın bir parçasıdır.

Kokarca kokusu neredeyse herkesin tanıyabileceği bir kokudur. Bu durum, kokarcanın başkalarında sizin ve yeteneklerinizin daha fazla tanınmasını sağlamasıyla bağlantılıdır. Koku duyusu aynı zamanda duyusallık ve cinsellikle de ilişkilidir. Şu anda bu konuda araştırmalar yürütülmektedir.



Koku ve cinsel tepki arasındaki çeşitli bağlantıları ortaya koymaktadır. Bu, feromonlarla yapılan çalışmaları ve koku alma sinirlerinin hücreleri ve tepkileri ile cinsel organlardaki hücreler arasında şaşırtıcı bir benzerlik ortaya koyan araştırmaları içermektedir. 60

Kokular uzun zamandır afrodizyak olarak kullanılmıştır. Kokarca totemine sahip olanlar, koku kullanımının, ilişki kurdukları kişilerde dinamik tepkiler uyandırdığını göreceklerdir. İnsanlar kullandığınız kokulara tepki verecektir. Aromaterapi üzerine bir çalışma, bu toteme sahip olanlar için çok faydalı olacaktır. Kokarca ortaya çıktığında, genellikle başkalarına karşı ve onların size karşı tepkilerinde daha güçlü cinsel tepkiler yaşamanız beklenebilir. İnsanları cezbetme yeteneğiniz artmaya başlayacaktır.

İnsanların bazı kokulara nasıl tepki verdiğini görmek ilginç. Bazı kokuların onları çıldırttığından şikayet ediyorlar. İnsanların "Keşke bu kokunun ne

olduğunu bilseydim. Bana bir şeyi hatırlatıyor ve beni delirtiyor" dediğini ne sıklıkla duydunuz?

Kokarcılar genellikle yılda yaklaşık on yavru içeren bir batın doğururlar. Kokarcılar gözlerini açtıkları andan itibaren koku püskürtebilirler. Bu da, bu totemle anılan bireylerin genellikle doğuştan sahip oldukları yoğun enerji seviyelerini yansıtır. İlk yıllarda, başkaları tarafından itilme veya uzaklaştırılma, ya da çok arkadaş edinme veya hiç arkadaş edinmeme, asla yalnız kalmama veya her zaman yalnız kalma gibi aşırı döngüler yaşayabilirler. 20 yaşında

Haftalarca kendi başlarına dışarıda kalabilecek durumdalar. Bir kokarca vahşi doğada on yıla kadar yaşayabilir. Bu, bu toteme sahip olanlar için ortaya çıkması muhtemel döngüleri yansıtır.

Kokarcaların kuduz taşıyıcısı olduğu bilinmektedir. Kuduzlu anneler hastalığı yavrularına bulaştırır, ancak yavrular doğduktan sonra altı haftaya kadar herhangi bir belirti göstermeyebilir.

Kokarca totem hayvanı olan kişiler, insanları çekme ve itme yetenekleri arasında denge kurmayı öğrenmelidir. Doğal bir döngü vardır. Kokarca çoğunlukla yalnız yaşayan bir hayvandır. Kokarcalar bize insanları çekmenin en iyi olduğu zamanlar ve insanlardan uzak durmanın en iyi olduğu zamanlar olduğunu hatırlatabilir. Doğru dengeyi bulmak, refahı sağlayabilir.

Kokarcaların iki ana türü vardır: benekli ve çizgili. Çizgili olanı en yaygın ve en kolay tanınanıdır. Aslında başından kuyruğuna kadar uzanan çift bir çizgisi vardır. Bu çizgi, ister tek ister çift olsun, kundalini veya yaşam gücünün aktif akışının bir göstergesidir. (Kundalini, cinsel enerjilerle ve yaşam süreçlerimizin her yönünde aktif olan yaşam gücüyle bağlantılıdır.) Bu toteme sahip bireylerde kundalini genellikle zaten aktiftir. Kokarca, bu

yaşam gücünün kontrolünü ve kullanımını daha etkili bir şekilde öğretmek ve güçlendirmek için ortaya çıkar.

Doğu metafiziğinde, öğrencilere vücutta omurga boyunca akan üç enerji kanalı öğretilir: ida, pingala ve sushumna (ay, güneş ve ikisinin dengesi). Bu, kokarca tıbbına sahip olanların yaratıcı gücü açıp kapatabilme ve onu çeşitli hatlar boyunca yönlendirebilme yeteneğini yansıtır.

Kokarcalar genellikle oldukça sessizdir, bu nedenle bu toteme sahip olanların kendilerini övmemeleri iyidir. Bu ters tepecektir ve sadece başkalarını uzaklaştırmaya yarayacaktır. Geri çekilin ve başkalarının sizin yerinize fark etmesine izin verin.

Kokarcılar çok uyumlu hayvanlardır ve bu totemle temsil edilenlerin de bunu öğrenmesi gerekir. Kokarca, ne zaman fark edilmenin en iyi olduğunu ve bunu en etkili şekilde nasıl yapacağınızı size öğretebilir. Etçildirler, ancak özellikle böcekler, meyveler ve yemişler olmak üzere neredeyse her şeyi yerler. Kokarca avını gece yapar.

Kokarca totem olarak ortaya çıktığında, yeni saygı ve öz saygı kazanma fırsatlarınız olacak. Fiziksel, cinsel, ruhsal ve manevi olarak artan duyusallıkla ilgili dersleri ve zamanları işaret eder. Kendinize dair imajınızı inceleyin. İnsanların sizi fark edeceğini unutmayın. Onların sizi nasıl fark edip hatırlayacakları sizin kontrolünüzdedir. Kokarca işte bunu öğretmeye yardımcı olabilir.

**KAR PARSI**

AÇILIŞ KONUŞMASI: İçimizdeki Şeytanları ve Hayaletleri Yenmek, Vizyon ve Canlılığı Yenilemek

ENERJİ DÖNGÜSÜ: ŞAFAK – Sabahın Erken Saatleri ve Alacakaranlık – Akşamın Erken Saatleri

Leoparlar ve jaguarlar, büyük kedi ailesinin benekli iki üyesidir. Genellikle birbirleriyle ilişkilendirilirler ve "panter" genel adı verilerek aynı şey olarak adlandırılırlar. "Panterler" bölümünün incelenmesi daha da fazla bilgi ortaya çıkaracaktır.

Büyük kediler arasında leoparlar avlarını en iyi takip edenlerdir. Avlarına birkaç metre yaklaşana kadar sessiz ve dikkat çekmeden kalabilirler. Ardından, sadece birkaç saniyeliğine, saldırı anında kendilerini gösterirler.

Leoparların güçlü bir avlanma içgüdüsü ve sezgisi vardır; bu genellikle yavrularda erken yaşta ortaya çıkar. Leopar totemine sahip olanlar genellikle güçlü sezgisel yeteneklere ve gelişmiş duyarlılıklara sahiptir. Leopar yavruları, neyi yakalayabileceklerini ve ona en iyi nasıl yaklaşacaklarını hızla öğrenirler. Bu içgüdüye güvenmek, bu toteme sahip olanlar için hayat dersinin bir parçasıdır. Özellikle Batı toplumunda, sezgisel olanı görmezden gelmeyi ve yalnızca mantığı takip etmeyi öğrendiğimiz bir ortamda, bu güveni geliştirmek zor olabilir.

Leopar, çevresinde sessizce hareket eder. Leoparın yürüyüşünü taklit etmek, bu totemi taşıyanların onunla uyum sağlamasına yardımcı olmanın bir yolu olabilir. Leopar, her iki pençesini de içe doğru çevirerek yürür. Pençenin dış kenarı önce yere temas eder ve böylece leoparın tüm ağırlığı üzerlerine binmeden önce gürültüye neden olabilecek nesnelerden kaçınılabilir.

Leopar en iyi gece avlanır ve avını genellikle bir ağaçta saklar. Leoparın geleneksel özelliklerinden biri de aşağı doğru sarkan kuyruğudur. Uzun ve zarif kuyruk genellikle cinselliğin ve doğuştan gelen potansiyelin sembolüdür.

Kar leoparı Asya'nın yüksek dağlarında bulunur. Bu, geçmiş yaşamda yaygın olarak bulunduğu bölgelerle olası bağlantıları yansıtabilir. Yeşil gözleri ve

beneklerle bezenmiş grimsi beyaz kürkü, onu leopar ailesinin en güzel üyelerinden biri yapar. Bu toteme sahip olanlar için, yeşil gözleri, kuzey yönü ve dağlık ve kayalık yaşam alanları üzerine meditasyon yapmak, hayatınızdaki özel rolüne dair içgörü sağlayabilir.

Leoparların tümü arasında kar leoparları en az agresif olanıdır. Birçok büyük kedinin zaman zaman insan avladığı bilinmesine rağmen, kar leoparı bunu yapmaz, ancak kendilerinden çok daha büyük avları alt edebilecek yeteneğe sahiptir. Çevreleri onları son derece çevik ve mükemmel sıçrayıcılar olmaya zorlar. Bu, bu totemi taşıyanlara hayatlarındaki yeni engellerin üzerinden büyük sıçramalar yapmayı öğretme yeteneğine işaret eder.

Kar leoparı gizem ve efsanelerle çevrili olmuştur. Orta Asya'da, kar leoparlarının avlarının etini yemediği, sadece kanını emdiği inancı ortaya çıkmıştır. Bu muhtemelen leoparın avını boğarken bıraktığı delik izlerinden kaynaklansa da, büyük bir sembolik anlam taşır. Her şeyin kanı, onun yaşam gücüdür. Çoğu toplumda, kişinin ne yediğine, o kişi olduğuna dair bir inanç vardı. Sadece kanını alan, etini almayan bir hayvan, büyük bir ayrımcılığı gösterebilir; böylece avın sadece güçleri ve yaşam gücü alınır, zayıflıkları (et ile sembolize edilen) alınmaz. Bu totem sahibi olanlar için, kayıp yaşam gücünü bulmayı ve eski kalıplara saplanmadan tekrar ondan içmeyi öğrenme fırsatını yansıtabilir.

Tibet'in şair-azizlerinden Milarepa'nın, Şeytanları Yenen Büyük Mağara'da altı ay mahsur kaldığına dair eski bir hikaye de vardır.

Takipçileri onu bulmaya gittiklerinde, bir kar leoparına dönüştüğünü gördüler. Kar leoparı, kişinin kendi büyük şeytanlarını yenmek için yenilenmiş bir enerji, yetenek ve fırsatı yansıtabilen bir totemdir. Bu toteme sahip olanların Milarepa'nın hayatını araştırmaları ve üzerinde meditasyon yapmaları faydalı olacaktır.

Kar leoparı yüksek dağlarda yaşar. Dağlar her zaman insanlardan ayrı yerler olmuştur. Tanrıların meskenleriydiler. Muhteşem manzaralara sahip yerlerdir. Dağ tanrı ve tanrıçalarının hayvanları genellikle bir şekilde kutsal kabul edilirdi. Bir kar leoparı kendini gösterdiğinde, ilahi korumanın ve kişinin kendi içindeki ilahi kıvılcımın yeniden uyanışının bir işaretidir.

Kar leoparı yalnız ve gizli bir hayvandır, bu nedenle onu görmek, sadece bir vizyon olarak bile olsa, nadir ve değerli bir deneyimdir. Kar leoparı, yaşadığı kayalıkların enginliğine inanılmaz bir şekilde uyum sağlama yeteneğine sahiptir. Kalın kürkü nedeniyle tıknaz bir görünüme sahip olsalar da, aslında normal leoparlardan biraz daha küçüktürler, ancak aynı derecede iyi avcılardır. Bu totem hayvanına sahip olanlar, en yaygın avlarından biri olan bharal'ın (mavi koyun) özelliklerini de incelemelidir.

Eğer bir kar leoparı kendini gösterdiyse, zihninizdeki musallatları ve şeytanları temizlemek için bir zaman arayın. Bunu yapmak için gereken güç ve canlılık bol ve canlandırıcı olacaktır. Bunların üstesinden gelmede büyük adımlar atılacaktır.

Bu, eski sıkıntıların kovulduğu ve yeni ufukların açıldığı 22-24 aylık bir dönemi yansıtabilir. (Yaklaşık 22 yaşında)

(Yavrular birkaç ay içinde kendi başlarına yaşamaya başlayabilirler.) Kar leoparı, yeni bir yaşamın, yeni bir algının ve hayata dair yenilenmiş bir bakış açısının vaadini taşır.

**SİNCAP**

AÇILIŞ KONUŞMASI: Faaliyet ve Hazırlık

ENERJİ DÖNGÜSÜ: Yıl boyu

Sincap herkes tarafından bilinir. Kemirgen ailesinin bir üyesidir ve genellikle sürekli meşgulmüş gibi veya sinirli bir enerjiyle doluymuşçasına koştururken görülür. Sincaplar oldukça sosyal olabilirler, ancak yabancı sincaplardan hoşlanmazlar. Genellikle yiyecek ararken, toprağa delikler kazıp fındık ve diğer yiyecek kaynaklarını daha sonra kullanmak üzere depolarken gözlemlenirler. Keskin koku alma duyuları, fındıklarını nereye gömdüklerini unutsalar bile, depoladıkları yiyecekleri bulmalarını sağlar.

Sincapların başlıca iki türü vardır: gri ve kırmızı. Ayrıca gri sincabın daha agresif bir varyantı olan siyah sincap da bulunur. Gri sincaplar çoğunlukla şehirlerde, kırmızı sincaplar ise daha çok ormanlarda ve ağaçlık alanlarda görülür.

Bir de uçan sincap var, ama aslında uçmuyor. Derisi esneyerek ağaçtan yere veya ağaçtan ağaca süzülebiliyor.

Gri ve kırmızı renkli olanların aksine, gece aktiftir. Gündüzleri rahatsız edilmekten şiddetle nefret eder. Baykuşlar genellikle uçan sincabın başlıca avcılarıdır.

Kızıl sincaplar ormanın bekçileridir. Yabancılar göründüğünde cıvıldar ve azarlarlar. Sanki kelimenin tam anlamıyla duyabilen herkese haber veriyorlarmış gibi görünürler. Kızıl sincap daha agresiftir ve genellikle daha büyük gri sincaptan çok daha iyi bir dövüşçüdür. Kızıl sincabın en tehlikeli düşmanı sansardır ve o da incelenmelidir. Kızıl sincaplar genellikle yılda iki ila yedi yavru doğururlar. Doğumdan sonraki on iki hafta içinde genellikle kendi başlarına yaşayabilecek duruma gelirler. Eğer kızıl sincap sizin hayatınıza girmişse, bu on iki haftalık döngüyü kendi hayatınızla ilgili olarak incelemek faydalı olacaktır.

Gri sincap en yaygın ve en hareketli olanıdır. Tüm sincaplar gibi kış uykusuna yatmaz. Yuvalarını ağaçların oyuklarında veya ağaç tepelerinde

yapar. Yuvalar genellikle top şeklindedir ve girişi yan taraftadır. Kırmızı sincaptan daha büyük olmasına rağmen, karşılaştığında genellikle kaçar ve kavgadan kaçınır. Başlıca avcıları tilkiler ve baykuş ve şahin gibi yırtıcı kuşlardır. Gri sincaplar, kırmızı sincaplar gibi, genellikle yılda iki kez yavru doğururlar ve yaklaşık on iki hafta içinde kendi başlarına yaşamaya başlayabilirler.

Tüm sincaplar oldukça sosyaldir. Oyun için güreşirler ve son derece gözlemci ve taklitçidirler. Diğer sincapları taklit etmeleri, öğrenme biçimleridir. Sincap totemine sahip bireyler, çalışmaktan ziyade yaparak daha iyi öğrenirler.

Sincaplar oldukça iletişimci hayvanlardır. Rahatsız edildiklerinde veya oyun oynarken ağaçlarda sık sık cıvıldamaları duyulabilir. Gür kuyrukları, sıcaklık, gölge ve denge sağlamanın yanı sıra ifade güçlerine de katkıda bulunur. Sincap, genellikle kuyruğunu sallayarak duygularını ifade eder.

Her sincap benzersizdir ve şifası her birinde farklı şekilde etki eder. Eğer sincap hayatınıza girmişse, kendi aktivitenizi ve hazırlığınızı gözden geçirin. Çok mu aktifsiniz? Yeterince aktif değil misiniz? Yakın ya da uzak gelecek için hiç plan yapmıyor musunuz?

Çok düzensiz bir şekilde oradan oraya koşuşturup hiçbir şey başaramıyor musunuz? Para, zaman, enerji vb. her düzeyde tasarruf etmeyi ve rasyonel kullanmayı öğrenmeniz mi gerekiyor? Hiçbir zaman yeterince sahip olamayacağınızdan mı korkuyorsunuz? Biriktirmeye ve toplamaya çok mu takılıp kalıyorsunuz? Topluyor ama vermiyor musunuz?

Sincaplar bize toplama ve verme döngüsü içindeki dengeyi öğretebilir. Eğer birinden veya diğerinden çok fazla yapıyorsak, sincap bize bunu gösterebilir.

Sincaplar bize yardımcı olmak için ortaya çıkıyorlar. Hazırlık konusunda ustadırlar, ancak aynı zamanda hedeflerimize ulaşma yolunda her zaman

sosyalleşmeye ve oynamaya zaman ayırmamız gerektiğini de hatırlatırlar. Çalışma ve oyun el ele gider, aksi takdirde çalışma sorunlar yaratır ve daha zor ve daha az verimli hale gelir.

**KAPLAN**

AÇILIŞ KONUŞMASI: Tutku, Güç, Bağlılık ve Duygusallık

GÜÇ DÖNGÜSÜ: Gece - Dolunay ve Yeni Ay

Kaplanlar muhteşemdir ve onları gören herkeste hayranlık uyandırır. Bengal, Sibirya vb. birçok kaplan türü vardır ve her birinin kendine özgü özellikleri incelenmelidir. Kedigiller ve panterler hakkındaki bilgiler de incelenmelidir, çünkü genellikle bir örtüşme söz konusudur.

Kaplanlar vahşilikleri ve güçleriyle bilinirler. Diğer büyük kedilerin aksine mükemmel yüzücüdürler. Bu da onları, su elementiyle sıklıkla ilişkilendirilen tüm enerjiler ve mistik niteliklerle bağlantılı kılar. Kaplanlar ayrıca yavrularına karşı büyük bir anne sevgisi gösterirler. Anne, yavrularını büyütür ve onlara avlanmayı öğretir. Çoğu kaplan yalnız yaşar ve genellikle sadece çiftleşmek için bir araya gelirler. Ayrıca çok geniş bölgelere sahiptirler.

Sibirya kaplanı birçok kişi tarafından en görkemli kaplan olarak kabul edilir ve çoğu uzman bu kaplan türünün Doğu Asya'nın kuzeyinde ortaya çıktığı konusunda hemfikirdir. Daha sonra göç ederek daha sıcak bölgelerde yaşamaya adapte olmuştur. Sibirya kaplanı yorulmak bilmeyen bir gezgindir. Tek bir günde çok büyük mesafeler kat edebilir. Kaplanlar her türlü hayvanı avlar, ancak yaban domuzu sık sık avladıkları hayvanlardan biridir.

Bengal kaplanı Güney Asya'da yaşar. Başlıca avı geyiktir. Genellikle birkaç ininde yaşar ve bunlardan birini yavrularını büyütmek için kullanır. Yavrular

sekiz haftalık olduklarında annelerine avda katılırlar. Altı aylık olduklarında avlanmayı öğrenirler, ancak yaklaşık on altı aylık olana kadar kendi başlarına beslenemezler.

Kaplanların çoğu yavaş ve sessiz avlanır; bu taktik, avladıkları şey ne olursa olsun, bu totemle özdeşleşenler için öğrenilmesi faydalı bir taktiktir. Avlarını saklama konusunda bencil olabilirler ve birkaç yüz kiloluk bir leşi saklamak için yaklaşık 400 metre sürükleyebilecek güce sahiptirler.

Kaplanlar gece avlanan hayvanlardır. Bu toteme sahip kişiler, en etkili çalışmalarını gece gerçekleştirirler. Geleneksel siyah ve altın/turuncu desen, kaplanı yeni ay ve dolunay etrafındaki mistisizmle ilişkilendirir.

Kaplanın zarif ve güçlü kasları ve yumuşak, kalın kürkü, şehvet duygularını uyandırır. Tüm kediler tembelce gerinir ve diğer kedilere ve nesnelere sürtünür. Bu toteme sahip olanlar için yeni bir şehvet, dokunmaya karşı hassasiyet uyanacaktır.

Kaplanla ilgili her zaman büyük bir mistisizm ve mitoloji olmuştur. Bu bağlantıları incelemek, kaplanın kendi hayatınızdaki rolünü ve hatta dünyanın diğer bölgeleriyle olan geçmiş yaşam bağlantılarınızı belirlemenize yardımcı olacaktır. Kore'de kaplan, hayvanların kralıdır.

Hindu geleneğinde kaplan, yaratılış ve yok oluş, cinsellik ve ölüm tanrıçası Kali'ye kutsaldı. Yunanistan'da ise iki kez doğmuş efsanevi karakter Dionysus ile ilişkilendirilirdi.

Çin, kaplanla ilgili efsaneler ve mitlerle doludur. Çin astrolojisinde on iki burçtan biri kaplan burcudur. Kaplan yılında doğanlara renkli ve tahmin edilemez olma özellikleri atfedilir. Maceracı, güçlü ve tutkuludurlar.

Çin'de kaplan hem karanlığın ve yeni ayın, hem de aydınlığın ve dolunayın sembolüdür. Çin efsanelerinde beş efsanevi kaplan vardır. Kırmızı kaplan

güneyin, yazın ve ateşin sembolüdür. Siyah kaplan ise kuzeyin, kışın ve suyun sembolüdür.

Mavi kaplan doğuyu, baharı ve bitki örtüsünü simgeler. Beyaz kaplan batıyı, sonbaharı ve tüm metalleri simgeler. Sarı kaplan ise beşinin de en yücesidir. Dünya'nın ve üzerindeki tüm enerjilerin hükümdarıdır.

Eğer hayatınıza bir kaplan girdiyse, yeni maceralar bekleyebilirsiniz. Hayatınızda yeni bir tutku ve güç uyandıracaktır. Bunun 6-8 hafta içinde başlamasını ve en az bir buçuk yıl sürmesini bekleyin. Hayatınızda neler olup bittiğini inceleyin. Hayata daha fazla tutkuya mı ihtiyacınız var? Hayat tutkunuzu uygunsuz bir şekilde mi ifade ediyorsunuz? Enerjiniz düşük mü? Eğer kaplan ortaya çıktıysa, yeni maceralar ve hayata karşı yenilenmiş bir bağlılık ve tutku tezahür etmeye başlayacaktır.

**GELİNCİK**

AÇILIŞ KONUŞMASI: Kurnaz ve Gizli Kaçırma ve/veya Takip

GÜÇ DÖNGÜSÜ: Gece

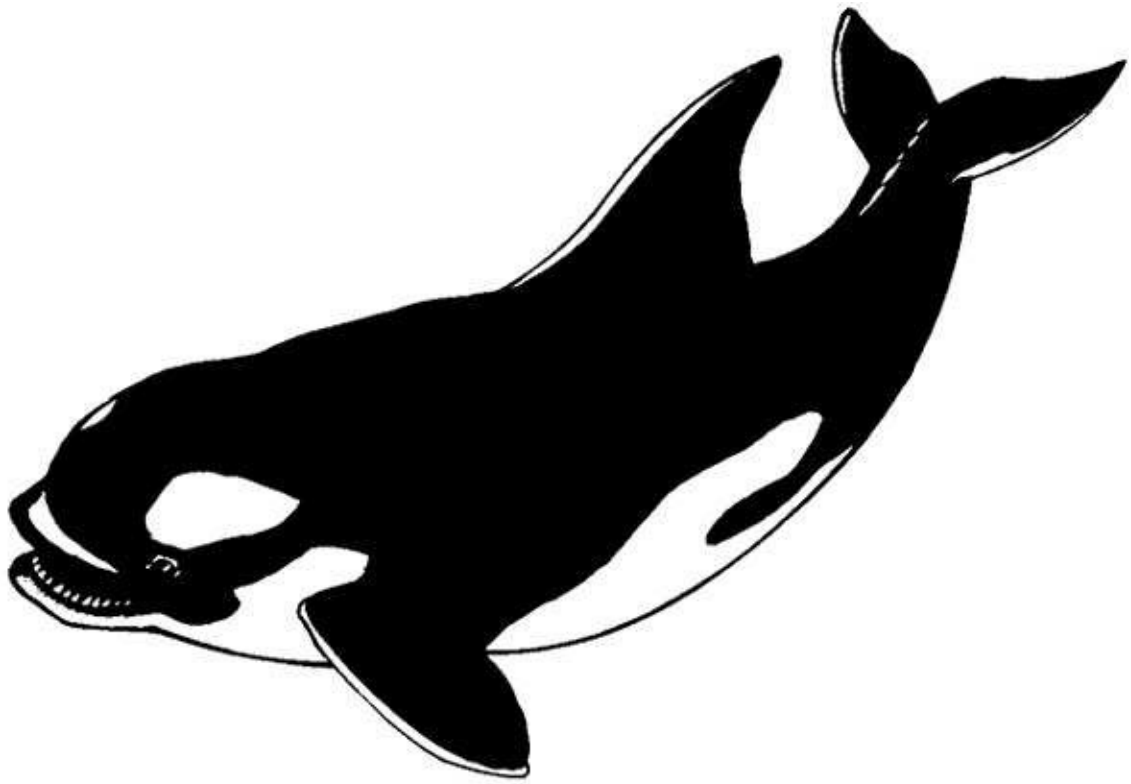
Gelincik, sansargiller (mustelidae) grubuna ait bir memelidir. Bu ailede kokarca, porsuk, sansar, vizon, su samuru, sansar ve kurt gibi hayvanlar bulunur. Hepsi uzun gövdeleri, kısa bacakları ve genellikle yuvarlak ve özellikle küçük kulaklarıyla tanınırlar. Hepsi güçlü bir misk kokusu yayar ve genellikle yer altında yuva yaparlar. Ayrıca hepsi etoburdur.

Gelincikgillerin üç dalı vardır. Bazıları yiyeceklerini kazarak bulur ve et, beslenmelerinin büyük bir bölümünü oluşturmasına rağmen, tam anlamıyla etobur değildirler. Bu dala kokarca ve porsuk dahildir. İkinci dal, su samuru gibi suda yüzme ve av yakalama konusunda uzman olanlardır. Üçüncü grup ise neredeyse tamamen karada yaşayan etoburlardır ve gelincikler bu gruba aittir.

Gelincikler neredeyse tamamen etoburdur. Fareleri, kemirgenleri ve diğer zararlıları öldürürler ve vahşi doğada yalnızca doğal besinlerle beslenirler.

Bu toteme sahip olan kişiler için bu davranış, kendi sağlık çıkarları açısından incelenmelidir.

Gelincikler muazzam miktarda yiyeceğe ihtiyaç duyarlar. Bir gelincik her gün kendi ağırlığının üçte birinden yarısına kadar yiyecek tüketir. Gün boyunca az miktarda yemek yerler çünkü çok fazla enerji harcarlar. Bu, bu toteme sahip olanların kendi sağlıkları ve esenlikleri için en etkili bulacakları bir beslenme şeklidir. Gelincik ayrıca, gün boyunca yiyecek bulmak için gerekli tüm avlanma işini de önceden yapar.



Bir lokma yiyor. Yiyeceği kendi yuvasına ve kafesine götürecek.

Gelincik harika bir avcıdır. Mükemmel bir koku alma duyusuna sahiptir, bu nedenle avının kokusunu aldıktan sonra izini sürebilir. Uzun ve ince vücudu,

fareleri yuvalarına kadar takip etmesini sağlar. Dar alanlardan geçme konusunda harika bir yeteneği vardır. Gelincik tıbbı, zor durumlardan kurtulmanıza ve başkalarının giremeyeceği yaşam alanlarına girmenize yardımcı olabilir.

Gelincik zarif, yalnız ve çok sessizdir. Gelincik insanları genellikle yalnız olsalar da, hayatlarındaki insanlar hakkında çok şey keşfederler. Sessizlik yetenekleri, başkalarının yanında bile görünmeden ve duyulmadan kalmalarını sağlar. Bu nedenle, gelincik insanlarının önünde söylenen ve yapılan şeyler başkaları tarafından fark edilmez. Gelincik, kimsenin haberi olmadan gizli veya sır dolu şeyleri ortaya çıkarmak için sessiz gözlem gücünüzü nasıl kullanacağınızı size gösterebilir.

Yerli Amerikan geleneğinde, gelincik sırları ortaya çıkarmak için şifa kaynağı olarak kabul edilir. Başkalarıyla ilgili olarak kendi duyularınıza güvenin ve yalnız gitmek anlamına gelse bile, sonunda iyi bir şekilde kurtulacaksınız. Gelincik de bunun bir kısmını öğretir.

Memeliler arasında en vahşi olanı muhtemelen gelincik ailesidir. Anneler, yavrularının tehdit altında olduğunu hissederlerse insanlara bile saldırabilirler.

Gelincikler genellikle avlarını boyunlarından ısırır ve omurilik kesilene veya hayvan kan kaybından ölene kadar bırakırlar. Bu toteme sahip bireyler, kendilerini tehdit eden veya alt etmeye çalışanların boğazına saldırma konusunda yeteneklidirler. Tahrik olduklarında, hasar verilene kadar bırakırlar. Unutmayın ki gelincikler etoburdur ve gelincik totemine sahip kişiler, öfkelendiklerinde bir şekilde saldırmaktan çekinmezler. Bu, derin ve kesin yaralar açan ve kalıcı izler bırakan sözlü saldırılar olabilir. Gelincikler avlanırken doğal olarak sessizdirler, ancak çok çeşitli seslendirmelere sahiptirler. Bir bireyin yapabileceği en kötü şey, bir gelincik totemine sahip kişinin sadece sessiz olduğu için zayıf olduğunu varsaymaktır.

Gelincik totem olarak ortaya çıktığında, hayatınızı gözden geçirin. Gözlem becerilerinizi geliştirmeniz gerekiyor mu? Hedeflerinizi çok mu yüksek sesle dile getiriyorsunuz? Başkalarına hedeflerinizi anlatmak, kendi hedeflerinize ulaşma çabanızı baltalayacaktır. Yeterince derinlemesine araştırmıyor musunuz? Geçmeniz gereken dar bir alan mı var? Siz veya çevrenizdekiler tamamen dürüst mü? Değilse, gelincik bunu görmenize yardımcı olacaktır. Bariz olanı mı kaçırıyorsunuz? Başkalarını dikkate almadan kendi duygularınıza ve hislerinize güvenmiyor musunuz?

Gelincik tıbbı, sessiz ve gizli gözlem yeteneğinizi uyandırır. Sorunlardan kaçınmanın en iyi tekniklerini size gösterir. Her seviyede hedeflerinize en büyük başarıyla nasıl ulaşacağınızı öğretebilir.

**BALİNA**

AÇILIŞ KONUŞMASI: Yaratılış, Şarkının Gücü, İçsel Derinliklerin Uyanışı

ENERJİ DÖNGÜSÜ: Yıl boyu

Balina, dünyanın en büyük memelisidir. Balinalar, deniz yaşamına uyum sağlamış büyük bir sıcakkanlı memeli grubunun parçasıdır. Birçok efsane, gezegendeki tüm yaşamın, özellikle de insanın, denizlerden nasıl doğduğunu anlatır. Bu ve ele alacağımız diğer nedenlerden dolayı balina, gerek beden gerekse dünyamızın yaratılışının eski bir sembolüdür.

Arktik halkı, doğanın en dikkatli gözlemcileri olarak kabul edilir; çünkü ancak bu şekilde en acımasız iklimlerde hayatta kalabilirler. İnuitlerin (İnupriyak) balina ile özel bir ilişkisi vardı ve efsanelerinden biri, bu balinanın Yüce Ruh'un yarattığı en muhteşem varlık olduğunu anlatır.

Yunuslar ve porpoise'lar da dahil olmak üzere doksan kadar farklı balina türü vardır. Bunlar arasında ispermeçet balinaları, katil balinalar, pilot balinalar, narvaller, kambur balinalar ve gezegendeki en büyük memeliler

olan mavi balinalar bulunur. Tüm balinaların nefeslerini dışarı attıkları solunum delikleri vardır. Balinaların nefes püskürtme hareketini taklit etmek, kendi yaratıcı enerjilerinizi serbest bırakmanıza yardımcı olabilir. Tüm balinaların, balinaları yalıtmak ve enerji depolamak için kullanılan yağ tabakası vardır. Balina, kendinizi nasıl yalıtacağınızı ve kendi yaratıcı enerjilerinizi daha tasarruflu bir şekilde nasıl kullanacağınızı öğrenmenize yardımcı olabilir. Tüm balinalar ayrıca, vücudun gereksiz bölgelerine kan akışını azaltarak su altında oksijeni korurlar. Balinalar, nefesin yaratıcı gücünü çeşitli amaçlar için nasıl kullanacaklarına dair kadim bir bilgiye sahiptir.

Balinaların çoğu, dişli ve çubuklu balinalar olmak üzere iki gruba ayrılır. Dişli balinalar, balıkları ve diğer deniz hayvanlarını yakalamak ve yemek için kullandıkları keskin dişlere sahiptir. Bu gruba ispermeçet balinaları, pilot balinalar, yunuslar ve benzerleri dahildir. Çoğu balık, kalamar ve diğer deniz hayvanlarıyla beslenir. Genellikle sürüler veya gruplar halinde bulunurlar. Dişli balinalar, zaman zaman büyük muhakeme yetenekleri ve hatta yaratıcı düşünme becerileri sergilemişlerdir. Onları totem olarak taşıyanlarda bu yetenekleri harekete geçirebilirler.

Balina türlerinin dişleri yoktur. Ağızları, sertleşmiş keratin maddesinden yapılmış kemikli plakalarla kaplıdır. Bu plakalar aracılığıyla deniz suyunu süzerek içindeki plankton veya deniz canlılarıyla beslenirler. Balina türleri en büyük balinalardır.

Balina ailesinin kambur balinası, en çok muhteşem şarkısıyla tanınır. Bu güzel sesler erkekler tarafından söylenir ve her üreme mevsimi, buna karşılık gelen şarkı değişikliklerini beraberinde getirir. Bu, balinanın bize ses ve şarkı yoluyla nasıl yaratım yapılacağını, zamana, yere ve bireye göre nasıl uyarlanacağını öğretme yeteneğini yansıtır. Kendi yaratıcı içgüdülerinizden yararlanarak, kendi şarkınızı söyleyebilirsiniz.

Balinaların da bir tür sonar veya yankı konumlandırma sistemi vardır. Sese karşı bu duyarlılık, balinayı yaşamın ilkel yaratıcı sesleriyle yeniden ilişkilendirir.

Ses, yaşamın yaratıcı gücüdür. Balinanın öğrettiği şeylerden biri de sesi yönlendirmek ve geri bildirimine yanıt vermektir. Bu, kendi zihninizin gizli seviyelerine ulaşmak veya hedeflerin gerçekleşmesini hızlandırmak için kullanılabilir.

Balinalar bir zamanlar sınırlama, gizleme ve hatta dirilişin sembolleriydi. İncil'deki Yunus ve balina öyküsü bunun en önemli örneğidir. Yunus üç gün boyunca balinanın karnında yaşadıktan sonra dışarı çıktı. Ona ikinci bir doğum verildi. Dirildi. Kendi içimize derinlemesine inmeyi öğrendiğimizde, uyandırdığımız yaratıcılık, eğer onu ortaya çıkarırsak, hayatlarımızı yeniden canlandırabilir.

Uygulayın.

Balinalar zaman zaman su yüzeyine çıkarak tamamen sudan fırlarlar. Balina insanları çok yaratıcıdır, ancak bu yaratıcı sulardan çıkmaları gerekir. Gerçek dünyayla temas halinde kalmaları şarttır. Kendi yaratıcı hayal

gücünüzde kayboluyor musunuz? Onu alıp dış yaşamınızda kullanmıyor musunuz? Her şeyi içinizde tutuyor ve dışarıya bırakmaktan korkuyor musunuz? Eğer öyleyse, su yüzeyine çıkma zamanı geldi. Kendi yaratıcılığınızın ihtişamını ve gücünü gösterin. Kendinizi geri tutmayın.

Eğer hayatınızda balinalar beliriyorsa, kendi yaratıcılığınızı kullanıp kullanmadığınızı incelemelisiniz. Başkalarının yaptıklarını taklit mi ediyorsunuz yoksa yeni ve dinamik yollarla bunların üzerine mi inşa ediyorsunuz? Kendi yaratıcı sezginizi eski süreçlere ve yaşam formüllerine mi uyguluyorsunuz? İşte bu ve yalnızca bu, onlara güç ve sihir katan şeydir.

Unutmayın ki balina, Büyük Ruh'un İnuit halkına bir armağanıydı. Hayatta kalmalarını sağlayan şey buydu. Tüm hayvanların en güzeliydi, ama aynı zamanda pratik kullanımları da vardı. Balina, yaratıcılık uğruna yaratıcılık öğretmez. Yaratıcı ilhamın derinliklerini uyandırır, ancak dış yaşamınıza renk ve ışık katıp onu daha harika hale getirebilir.

**KURT**

AÇILIŞ KONUŞMASI: Koruyuculuk, Ritüel, Sadakat ve Ruh

GÜÇ DÖNGÜSÜ: Yıl Boyunca - Dolunaylar - Alacakaranlık

Kurtlar muhtemelen vahşi memeliler arasında en yanlış anlaşılanlardır. Korku ve soğukkanlılıklarıyla ilgili birçok hikaye anlatılır. Birçok hikaye aksini söylese de, sağlıklı bir kurt tarafından bir insana saldırıldığı veya öldürüldüğüne dair hiçbir doğrulanmış olay yoktur. Olumsuz haberlere rağmen, kurtlar tasvir edildiklerinin neredeyse tam tersidir. Dost canlısı, sosyal ve son derece zekidirler. Aile bağları güçlü ve sadıktır ve dikkatlice tanımlanmış kurallar ve ritüellerle yaşarlar.

Kurtlar, vahşi ruhun en somut örneğidir. Olumlu özellikleri o kadar çoktur ki, Yerli Amerikalılar ve diğerlerinin onları adeta tanrılaştırması şaşırtıcı

değildir. Birçok kişi, Amerika'nın çevreyi koruma konusundaki samimiyetinin gerçek sınavının, kurtların korunmaya devam edip etmeyeceğine ve daha önce ortadan kaldırıldığı bölgelere yeniden yerleştirilmesine izin verilip verilmeyeceğine bağlı olacağına inanmaktadır. Kurt, özgür ve bozulmamış vahşi doğanın gerçek ruhudur.

Kuzey Amerika'da çeşitli kurt türleri bulunmaktadır. Kızıl kurt en küçüğüdür ve yeniden doğaya kazandırılması için çabalar olsa da, vahşi doğada nesli tükenmiş olabilir. Yaşam alanı Amerika Birleşik Devletleri'nin güneyindeydi. Meksika kurdu, daha yaygın olan gri kurdun bir alt türüdür. Amerika Birleşik Devletleri'nin güneybatısında ve Meksika'da bulunur. Neredeyse nesli tükenme noktasına kadar avlanmıştır ve şimdi bir kurtarma ve esaret altında üreme planının parçasıdır. Kutup kurdu muhtemelen en saf türdür. Kuzey Kutup dairesi çevresindeki izole bir bölgede yaşaması, hayatta kalmasını sağlamıştır.

En yaygın olanı gri kurt veya orman kurdudur. Günümüzde sadece Alaska, Kanada ve Büyük Göller çevresindeki bölgede bulunur. Ülkenin diğer tüm bölgelerinde avlanarak nesli tükenmiştir. Gri kurt her zaman gri değildir. Siyah, gri, kahverengi, beyaz veya çeşitli kombinasyonlarda olabilir.

Kurtlarla ilgili en büyük yanlış anlamalardan biri muhtemelen boyutlarıdır. Çoğu insanın hayal ettiği kadar büyük değillerdir. Kalın kürkleri daha büyük görünmelerine neden olur, ancak genellikle iyi büyüklükte bir Alman Çoban köpeğinden daha uzun değillerdir. Kurtlar, tıpkı insanlar gibi birçok yönden ritüelcidirler. Dikkatlice tanımlanmış kurallara göre yaşarlar. Kutsal sayılan belirli bölgeleri vardır. Sosyal davranışları hiyerarşik bir yapıya dayanır. Her birinin hiyerarşi içinde yeri ve işlevi vardır. Bir "alfa" erkek ve bir "alfa" dişi vardır.

Kurtlar gereksiz yere kavga etmezler. Hatta çoğu zaman kavgadan kaçınmak için ellerinden gelen her şeyi yaparlar. Son derece güçlü ve

kudretli olmalarına rağmen, anlaşmazlıklar nadiren ciddi kavgalarla sonuçlanır. Çoğu zaman bir bakış, bir duruş, bir hırıltı, üstünlüğü belirlemek için yeterlidir.

Bunu göstermek zorunda değiller, ama gerekirse yapabilecek kapasitedeler. Kurt tıbbının öğrettiği şeylerden biri de bu. Kurt size kim olduğunuzu bilmeyi ve bu konuda güç, özgüven ve eminlik geliştirmeyi öğretir, böylece kendinizi herkese göstermek ve kanıtlamak zorunda kalmazsınız.

Kurtlar, beden dilini kullanarak karmaşık bir iletişim sistemine sahiptir. Baş hareketleri, dik kuyruk, doğrudan göz teması büyük anlam taşır. Duruşlar genellikle ince ayrıntılardır, ancak her kurt yavruluk döneminden itibaren nasıl okuyacağını ve yanıt vereceğini öğrenir. Kurtların yüz ifadeleri çeşitlidir ve sürüdeki diğer üyelere ruh halini iletmede faydalıdır. Bu, iletişimin en önemli görsel merkezidir. Ayrıca kuyruk pozisyonunu da etkili bir şekilde iletişim kurmak için kullanır. Genellikle kurt totemine sahip olanlar, elleriyle, duruşlarıyla, yüzleriyle veya başka bir şekilde çok ifadeci olurlar. Ruh halinizi ve fikirlerinizi başkalarına iletmekte zorlanıyorsanız, meditasyon yapın ve kurdu inceleyin. Bu size sözlü iletişimlerinizi uygun beden diliyle nasıl güçlendireceğinizi öğretecektir.

Kurtların da karmaşık bir sesli iletişim sistemi vardır. Ulurlar, inlerler, sızlanırlar, hırlarlar ve hatta havlarlar. Ünlü oldukları ulumalarının bile çeşitli anlamları vardır. Ulumalar, sürünün diğer üyelerini çağırmak veya yerlerini tespit etmek için bir sinyal görevi görebilir. Sosyal bir ifade biçimi olabilirler. Birbirlerini selamlamak ve belirli bölgeleri tanımlamak için kullanılırlar. Hatta sadece zevk için bile ulurlar.

Sürüdeki her üye, sürü içindeki diğer herkesle olan ilişkisinde kendi konumunu bilir. Kurtların hiyerarşik düzenini belirleyen ritüel davranışlar, onun büyüsünün bir parçasıdır. Kurt sürüleri tamamen otokratik değildir; yani alfa üyenin mutlak egemenliği altında değildir. Demokratik de

değillerdir. Her ikisinin de görüldüğü zamanlar vardır ve bu esneklik, kurt yönetiminin başarısına katkıda bulunur. Kurt, doğru yönetimin dersini verebilir: otorite ve demokrasi arasında bir denge. Kurt, kendi hayatınızda düzen ve uyum sağlamak için ritüeli nasıl kullanacağınızı öğretebilir. Kurt, gerçek özgürlüğün disiplin gerektirdiğini anlamamıza yardımcı olur.

Alfa erkek ve dişi genellikle ömür boyu çiftleşir. Üreme mevsimi genellikle kış sonlarındadır ve dişi yaklaşık iki ay sonra doğum yapar.

Daha sonra, sürüdeki tüm üyeler oyunbaz yavrulara büyük özen ve sevgi gösterirler. Son derece hoşgörülüdürler. Eğer anne veya baba onlara bakamayacak durumdaysa, başka bir üye yavruları sahiplenir. Bazı kurtlar hatta bebek bakıcılığı bile yaparlar. Yetişkin kurtlar yavrulara karşı dost canlısı ve sevecendir ve kurt tıbbı aileye ve çocuklara saygı ve onur öğretir.

Kurtlar yaklaşık 22-24 aylıkken cinsel olgunluğa erişirler. Bir kurtla karşılaşanlar, onun enerjilerini ve yaşamlarındaki etkisini gözlemleyerek aynı zaman dilimini takip edebilirler.

Kurtlar elbette yırtıcı hayvanlardır. Avları çoğunlukla hasta, genç ve yaşlı hayvanlardan oluşur. En sık avladıkları hayvan geyiktir. Kurtlar, yerinde duran sağlıklı bir yetişkin geyiğe fazla vakit kaybetmezler. Kurtlar avlanmak için çok uzun mesafeler kat ederler.

Kurtlar, uzun süre ve çok uzak mesafelere seyahat etmelerini sağlayan bir dayanıklılığa ve güce sahiptirler. Saatte 24 ila 28 mil hıza ulaşabildikleri kaydedilmiştir. Kurt bu hızı uzun süre koruyamasa da, saatte yaklaşık beş mil hızla süresiz olarak koşabiliyor gibi görünüyor. Kışın kurtlar donmuş gölleri ve nehirleri seyahat rotası olarak kullanırlar ve tek bir gecede 15-25 kilometre yol kat edebilirler.

Kurtlar genellikle yakaladıkları her şeyi tüketir, tıka basa yerler. Kurt totemine sahip olanlar için bu, eldeki her şeyden faydalanma ihtiyacını

gösterebilir. Bazen kurtlar, ruhumuzu canlı tutmanın yanı sıra israf etmememiz gerektiğini hatırlatmak için de totem olarak ortaya çıkar.

Kurt son derece zekidir. Sorun veya tehlikeden kaçınmak için elinden gelen her şeyi yapar. Bazıları, kurtların olası yiyecek kaynakları için kargaları havadan gözcü olarak kullandığına inanmaktadır. 61 Karga, Eskimo efsanelerinde geyikle bağlantılıdır ve geyikler kurtların avı olabileceğinden, karga da onlarla ilişkilendirilir. Kargalar genellikle kurtları takip eder. Önden uçarlar, bir ağaca konarlar ve kurtların geçmesini beklerler, sonra tekrar uçarlar. Kurt uzmanı David Mech, kurtlar ve kargalar arasında bazen sergilenen oyunbaz bir davranışsal ilişki olduğunu bildirmiştir. 62 Kurt totemine sahip olanlar tarafından da karga incelenmelidir.

Kurtların, özellikle koku alma duyuları son derece keskindir. Bu duyularının insanlardan yüz kat daha güçlü olduğu söylenir. Koku alma duyusu onlara büyük bir ayırt etme yeteneği kazandırır ve metafizik çevrelerde sıklıkla manevi idealizmle ilişkilendirilmiştir.

Kurt aynı zamanda mükemmel bir işitme hassasiyetine sahiptir. Avlanması büyük ölçüde koku ve işitme duyusuna bağlıdır. Bu, bu toteme sahip olanlara kendi iç düşüncelerini ve sözlerini dinlemeleri gerektiğini hatırlatır. Sezgileri güçlü olacaktır. Bu fikir, kurdun kalın kürküyle daha da vurgulanmaktadır. Kürk ve kıllar uzun zamandır psişik yeteneklerin sembolü olmuştur. Kurtun hem iç hem de dış kürkü vardır, bu da ona psişik içgörüyle ilişkili arketipsel güçleri yansıtma yeteneği verir.

Kurt, hızlı ve sağlam duygusal kazanımlar elde etme kapasitesine sahiptir. Kendi içgörülerinize güvenmeyi ve kazanımlarınızı buna göre güvence altına almayı öğrenmek, kurt tıbbının öğrettiği şeylerden biridir. Kurt, içsel sesinizi duymanıza ve sizi uygunsuz davranışlardan korumanıza yardımcı olabilir. Size öğretirken sizi koruyacak; bazen güçlü, bazen nazik, ama her zaman sevgiyle. Kurt ortaya çıktığında, yaşam ritüellerinize yeni bir soluk

getirme zamanıdır. Yeni bir yol bulun, yeni bir yolculuğa çıkın, hayatınızın kontrolünü elinize alın. Hayatınızın yöneticisi sizsiniz. Onu siz yaratır ve yönlendirirsiniz. Bunu uyum ve disiplinle yapın, o zaman gerçek özgürlük ruhunu bileceksiniz.

[İçindekiler]

*44. Michael J. Caduto ve Joseph Bruchac'ın " Hayvanların Koruyucuları: Çocuklar İçin Yerli Amerikan Hikayeleri ve Vahşi Yaşam Etkinlikleri" adlı kitabından , Fulcrum Publishing, Inc., 350*

Indiana Caddesi, #350, Golden, CO 80401 (303) 277-1624.

45. Aynı eser, s. 161-162.

46. Barry Lopez'in *Crow and Weasel adlı eserinden* alıntılar . Metin telif hakkı © 1990 Barry Holstun Lopez'e aittir. North Point Press'in (Farrar, Straus ve Giroux, Inc.'in bir bölümü) izniyle yeniden basılmıştır.

47. Hall, Manly P. *Çağların Gizli Öğretileri* (Los Angeles: The Philosophic Research Society, Inc., 1977), s. CXCIV-CXCVI.

48. Sams, Jamie ve Carson, David. İlaç Kartları (Santa Fe: Bear and Company, 1988), s. 205-207.

49. Limburg, Peter. Vahşi Hayvanların Adında Ne Var? (New York: Bobbs-Merrill Comp., 1975), s. 140.

50. Aynı eser, s. 140.

51. Knowles, Sir James. Kral Arthur ve Şövalyeleri (New York: Longmeadow Press, 1986), s. 103-119.

52. Lavine, Sigmund A. *Faksların Mucizesi* (New York: Dodd, Mead and Company, 1986), s. 13.

53. Norma Lorre Goodrich'in *Merlin adlı* eserinden . Telif hakkı © 1987 Norma Lorre Goodrich'e aittir. Yayıncı Franklin Watts, Inc., New York'un izniyle kullanılmıştır.

54. McDearmon, Kay. *Tilkiler* (New York: Dodd, Mead and Company, 1981), s. 26.

55. Weidensaul, Scott. *Amerikan Yaban Hayatı* (New York: Gallery Books, 1989), s. 4.

56. Limburg, s. 115.

57. Sams ve Carson, s. 109.

58. Cirlot, JE. *Semboller Sözlüğü* (New York: Felsefe Kütüphanesi, 1971), s. 139.

59. Limburg, s. 147.

60. *Random House İngilizce Sözlüğü'ne (New York: Random House, 1970), s. 1081'e* göre , feromon "fizyolojik veya davranışsal bir tepkiyi uyaran salgılanan hormonal maddeler sınıfından herhangi biri..."dir.

61. Brower, Kenneth. “Riding Mountain'ın Kurt Adamı”, Harrowsmith, ii:ll (Eylül/Ekim 1987), s. 75.

62. Meeh, 1. David. *Kurt* (Minneapolis: Minnesota Üniversitesi Yayınları, 1970), s. 288.

DÖRDÜNCÜ BÖLÜM

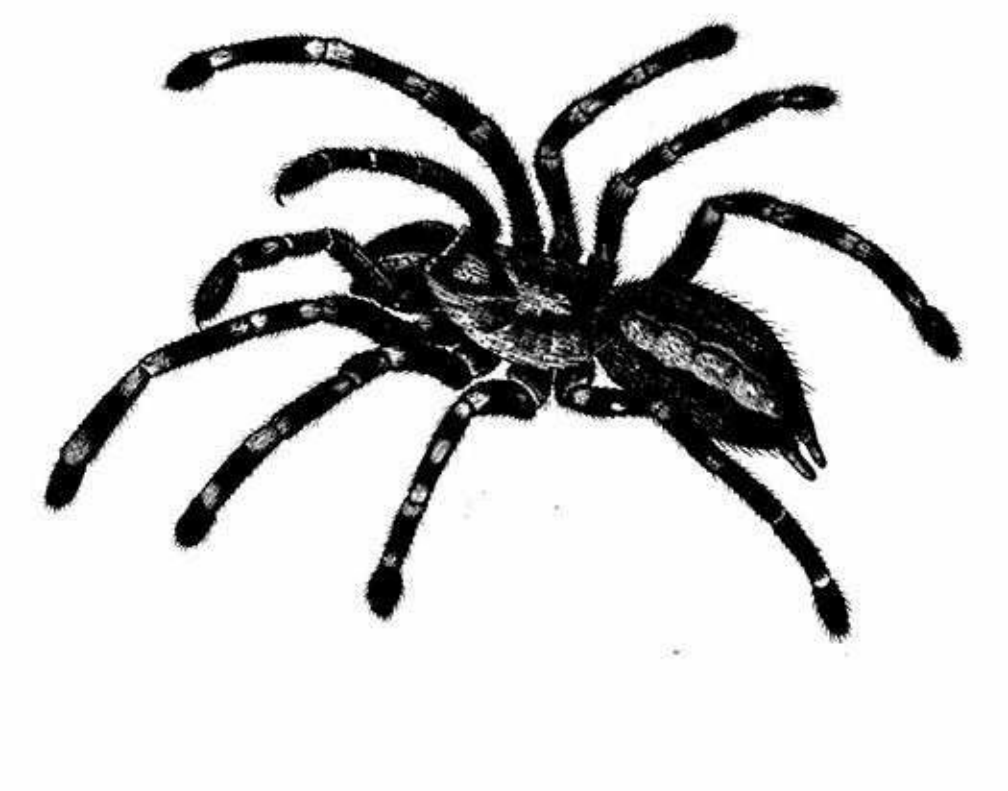
EGZOTİK DİLİ

BÖCEKLER VE SÜRÜNGENLER

*Çocuklar ağabeylerinin çantasını açtılar ve içinden ilk kelebekler uçtu. Kanatları güneş ışığı kadar parlaktı ve Çiçeklerin ve yaprakların, mısır ununun, polenin ve yeşil çam iğnelerinin tüm renklerini içinde barındırıyordu. Kırmızıydılar. Altın, siyah, sarı, mavi, yeşil ve beyaz renkler vardı. Rüzgarda dans eden çiçekler gibi görünüyorlardı. Uçuşuyorlardı. Çocukların başları öne eğikti ve çocuklar güldüler. O ilk kelebekler uçarken şarkı söylediler ve çocuklar dinlediler. 63*

*63. Michael J. Caduto ve Joseph Bruchac'ın "Hayvanların Koruyucuları: Çocuklar İçin Yerli Amerikan Hayvan Hikayeleri ve Vahşi Yaşam Etkinlikleri" adlı kitabından , Fulcrum Publishing, Inc., 350*

Indiana Cad., #350, Golden, CO 80401, (303) 277-1623.



ON DÖRDÜNCÜ BÖLÜM

BÖCEKLER DÜNYASINA BİR BAKIŞ

İnsanlarda böceklerle yakın bir karşılaşma kadar güçlü duygusal tepkiye yol açan başka bir şey nadiren vardır. Kimileri korkuyla, kimileri hayranlıkla tepki verir. Yine kimileri ise gezegendeki en bol hayvan grubu olan böcekleri görmezden gelmeye çalışır. Tahminlere göre 800.000'den fazla böcek türü ve bu türler içinde çok sayıda varyasyon bulunmaktadır. 64

Böcekler hem bu gezegenin tarihinde kadim varlıklardır, hem de insanlık tarihinde sembolik öneme sahiptirler. İnsanlar uzun zamandır belirli böcek türlerine özellikler atfetmişlerdir. Bu bir tür antropomorfizm olsa da, böceklerle ilişkilendirilen niteliklerin genellikle sergiledikleri bir özellik nedeniyle onlara atfedildiğini anlamak önemlidir. Yine, herhangi bir hayvanda olduğu gibi, onların yaratıcı bir zekaya sahip olduklarına inanmak zorunda değiliz, ancak sergiledikleri davranışların, içgüdülerin ve kalıpların henüz tam olarak anlaşılmamış belirli arketipsel güçleri yansıtabileceğini ve sembolize edebileceğini fark edebiliriz.

Birçok modern şaman, böcek totemleriyle çalışmaya dair uyarılarda bulunarak, bunların ardındaki arketipsel gücün veya ruhun, etkili bir şekilde çalışılması çok ilkel ve zor bir enerji olduğunu ima etmektedir. Bence herkes bunu kendi başına değerlendirmelidir. Bu uyarılara rağmen, böcekler uzun zamandır birçok toplumda totem olarak kullanılmaktadır.

Kalihari Bushmenleri için peygamber devesi, Bushmenlerin bir hayvanıdır. Efsaneleri ve gelenekleri, peygamber devesinin öğretileri ve mistik nitelikleriyle doludur. Yerli Amerikan geleneğinde örümcek hem büyükanne hem de yaratıcıdır, yeni enerjileri varlığa dönüştürme yeteneğinin sembolüdür. Ortaçağ halkları için yusufçuklar genellikle minyatür ejderhalar ve Periler Diyarı'na açılan kapıların işaretleriydi. Genellemeler yapmaktan kaçınmalıyız. Hayvanların dilini öğrenmenin anahtarının, hayvanın davranışlarını ve özelliklerini anlamak olduğunu unutmayın. Bu,

doğadaki rolünü ve kendi yaşamınızdaki sembolik rolünü belirlemenize yardımcı olacaktır.

Öncelikle genel olarak böcekleri, daha sonra da sürekli karşılaştığınız belirli böcekleri inceleyin. Özellikle de karşılaştığınız sıra dışı böceklere dikkat edin. Yakın zamanda Florida'ya yaptığım bir seyahatte bir doğa merkezini ziyaret ettim. Florida'dayken başlatmayı umduğum bazı değişiklikler ve faaliyetler üzerine meditasyon yapmak amacıyla gitmiştim. Yol boyunca etrafımda vızıldayan ve uçan yusufçuklar ve kelebekler vardı. Her durduğumda, elime, başıma veya omuzlarıma konuyorlardı. Daha sonra uzun zamandır gördüğüm en güzel örümcekle karşılaştım. Altın Küre Örümceği olarak adlandırılan bu örümceğin ağı sanatsal, güzel ve karmaşıktı. Bu böceklerin önemi benim için kaybolmadı. Yeni maceraların ve yeni başlangıçların vaadini taşıyorlardı. O bölgedeki en başarılı örümceklerden biri olduğu ortaya çıktı ve gelecek için yeni kapılar açtı.

Genellikle küçük, ürkütücü ve sürünen her şey böcek olarak sınıflandırılır, ancak bu doğru değildir. Keneler, örümcekler, kırkayaklar ve benzerleri tamamen farklı bir hayvan sınıfına aittir. Böceklerin eklemli bacakları ve üç vücut bölümü vardır: baş, karın ve göğüs. Ayrıca üç çift bacakları vardır ve çoğunun bir dönem göğüslerine bağlı bir veya iki çift kanadı ve başlarına bağlı bir çift anteni bulunur.

Örümceklerin sekiz bacağı vardır ve antenleri yoktur. Gözleri basit ve küçüktür, baş ve göğüs kısımları birleşiktir. Böcekler gibi eklembacaklıdırlar, ancak farklı bir sınıfa aittirler. Bu kitapta, örümcekleri sözlükteki diğer böceklerle birlikte ele alıyorum.

Böcekler fırsatçı canlılardır, bu konuda hepimiz bir şeyler öğrenebiliriz. En çeşitli yaşam formudurlar ve o kadar çok türleri vardır ki, üçte bir ila yarısının adının bile olmadığı tahmin edilmektedir. Böcekler dayanıklıdır ve insanların yaptığı birçok şeyi daha büyük bir verimlilikle yaparak, kendi

mahsullerini (mantar) yetiştirmek, böcek "sığırlarını" gütmek gibi birçok şeyi yaparak, esrarengiz bir bilgeliğe sahip gibi görünmektedirler.

ve oldukça yapılandırılmış ve karmaşık sosyal organizasyonlarda yaşamak.

Böcekler, altı temel özellik sayesinde bir grup olarak başarılı olurlar. Birincisi, uçabilme yetenekleri yayılmalarını sağlar. İkincisi, çevreye ve iklim koşullarına son derece uyum sağlayabilirler. Üçüncüsü, kendilerine bir tür zırh sağlayan dış bir iskelete sahiptirler. Dördüncüsü, küçük boyutları ihtiyaçlarını az ve daha erişilebilir kılar. Beşincisi, üreme türün hayatta kalmasını sağlar. Yavrular için besin kaynağı ve yaşam koşullarının en uygun olduğu zamana kadar döllenmeyi geciktirebilirler. Ve son olarak, başkalaşım yeteneğine sahiptirler. Yaşamı kolaylaştırmak ve sürdürmek için birden fazla (genellikle dört) değişime uğrayabilirler.

Bu özelliklerin tamamı, insanların kendi yaşamlarında daha başarılı olmalarına yardımcı olacak fikirler olarak sembolik olarak görülebilir. Elbette uçamayız, ancak çok rahat olduğumuz şeylere takılıp kalmamaya özen gösterebiliriz. Bu, hayatta yeni yollar keşfetmeye devam etme ve çok fazla yetinmeme ihtiyacını yansıtabilir. İskeletimizi dışarıda taşıyamayız, ancak kendimizi geliştirebiliriz.

Çevremizdeki enerjilere karşı duyarlılığımızı artırabilir ve kendi aurik alanlarımızı güçlendirerek mağdur olma olasılığımızı azaltabiliriz. Taleplerimizi küçük tutabilir ve hayatımızda bu kadar israfçı olmayabiliriz. Birçok insan hayatta başarısız olur çünkü büyük şeyleri bir anda başarmaya çalışırlar, oysa zamanla küçük şeyler yaparak büyük bir bütün oluşturabilirler. Yaşam koşulları elverişli hale gelene kadar döllenmenin ertelenmesinin birçok uygulaması vardır; en belirgin olanı ise dünyadaki aşırı nüfus sorunlarıyla ilgilidir.

Son olarak, başkalaşım süreci var. Değişim hayatta kaçınılmazdır ve doğal akışına direndiğimizde hayat birçok açıdan daha zor ve tehlikeli hale gelir. Değişim büyümeyi sağlar. Yeniye kavuşmadan önce eskiden kurtulmalıyız. Başkalaşım, böceklerin içinde var olan büyüdür. Öğretebilecekleri hayatın büyüsüdür.

Biyolojik ve fizyolojik olarak, insanlar çocukluk, ergenlik, yetişkinlik gibi değişimlerin olduğunu kabul ederler. Değişim başka seviyelerde de gerçekleşmeli ve başka zamanlarda da gereklidir. Hayatta yarattığımız her şey aşamalardan geçmek zorundadır. Bunlar, böceklerin başkalaşımının dört aşamasıyla örtüşmektedir. Tüm böcekler ve dolayısıyla tüm fikirler ve yaratımlar yumurta olarak başlar. Yumurtalar, beslenen ve kozalar ören tırtıllara dönüşür.

Kozadan, genellikle kanatlarla birlikte, yaşamın son halini alır.

Yumurta evresinde döllenme süreci gerçekleşir. Bir fikre, bir faaliyete, yeni bir niteliğe veya bir şeye hayat veririz. Yumurta evresinden larva çıkar. Böceklerde bu evrede yumurta tırtıla dönüşür. Tırtıl beslenir ve kendini güçlendirmek ve temelini oluşturmak için çalışır. Fikirler ve yaratıcılık üzerinde çalışılmalı, şekillendirilmeli, geliştirilmeli ve inceltilmelidir. Bu başarıldığında, tırtıl kendine yeni bir temel oluşturduğunda, kozanın evresi başlar.

Tırtıl kendi etrafına bir koza örer ve içinde mumya benzeri bir pupa oluşur. Bu aşamada, cansızlık görünümüne rağmen, tırtılın hücrelerinde bir yeniden yapılanma gerçekleşir. Bazen bireylerin, bir temel attıktan sonra geri çekilmeleri ve ardından derinlere inmeleri gerekir ki, yaratım güçlü ve yeni bir ışıkla ortaya çıkabilsin. Yaratıcı süreçte pasif olmamız ve olayların doğal seyrinde ilerlemesine izin vermemiz gereken noktalar vardır. Yapmamız gerekeni yaparız ve sonra olayların kendi kendine ilerlemesine izin veririz. Bu, krizalit aşamasında yansıtılır.

Kozadan yeni ve son bir form ortaya çıkar: kanatlı bir böcek. Son evrelerinde kanatlara sahip olması çok önemlidir ve kanatlarla ilişkilendirilen tüm sembolizm, kuşlar kadar böcekler için de geçerlidir. Yetişkin böcek, ancak baharın sıcaklığında kozadan çıkar; bu da içe dönme ve yeni yaratımları daha yüksek bir seviyede harekete geçirmek için en uygun zamanı belirleme yeteneğini yansıtır. Kanatlar, yetişkin böceğin ve dolayısıyla yetişkin yaratımın amblemidir. Uçmak, yetişkin böcek hayatta kaldığı sürece bir yaşam biçimi haline gelir.

Başkalaşımın aşamaları, herhangi bir şeyi yaratmanın ve tezahür ettirmenin anahtarlarını içerir. Böcek totemine sahip olanlar veya olmayanlar, böceklerin eski formlarını nasıl değiştirdiğini, eskiden kurtulup yeni formlara nasıl dönüştüğünü incelemeli ve üzerinde düşünmelidir. Böcekler bize asla aynı olmadığımızı hatırlatır. Her zaman değişiyoruz ve bu tek sabit şeydir. Ama bu aynı zamanda yaratılışın da gücüdür. Alice Harikalar Diyarında'da Tırtıl'ın Alice'le konuşurken aklında tam olarak bu olabilir:

*"...Bir günde bu kadar farklı beden ölçülerine sahip olmak çok kafa karıştırıcı."*

*"Öyle değil," dedi Tırtıl.*

*“Belki henüz öyle olduğunu fark etmediniz,” dedi Alice; “ama ne zaman*

*Koza haline dönüşmelisin -bir gün mutlaka dönüşeceksin, biliyorsun- o zaman*

*Sonrasında bir kelebeğe dönüştüğünde, birazcık da olsa hissettiğini düşünüyorum.*

*"Öyle değil mi?"*

*"Hiç de değil," dedi Tırtıl.*

*"Belki de sizin düşünceleriniz farklıdır," dedi Alice; "bildiğim tek şey bu,"*

*"Bana çok tuhaf gelirdi."*

*"Sen!" dedi tırtıl küçümseyerek. "Sen kimsin? "65*

Birçok böcek gruplar veya koloniler halinde yaşar; arılar, yaban arıları ve karıncalar en yaygın olanlarıdır. Bu tür böceklere sosyal böcekler denir ve toplulukları içinde farklı görevler ve işlevler vardır. Böcek totemleri, sosyalleşme ve topluluk için ve topluluk içinde çalışma konusunda dersler yansıtabilir.

Çoğu böcek, göğüs veya karın bölgesinde bulunan vücut içindeki açıklıklardan nefes alır. Bu nedenle böcekler, genel sağlığı iyileştirmek için hücresel solunum tekniklerinin nasıl kullanılacağına dair teknikler öğretebilir. Bu tür solunum süreci, yoga, taoizm ve diğer Doğu geleneklerinde nefesin güç ve sağlık için kullanımıyla ilgili birçok öğretinin bir parçasıdır.

Her böceğin kendine özgü nitelikleri ve özellikleri vardır. Bunlar, kendi yaşamınızda aktif olan veya sizin tarafınızdan geliştirilmesi gereken enerjileri yansıtabilir. Bu konuda bilgi edinmenin tek yolu böceği incelemektir. En sıra dışı özelliklerine dikkat edin. Örneğin, bir karınca kendi ağırlığının 50 katı ağırlığındaki bir taşı kaldırabilir. Bir arı ise kendi ağırlığının 300 katı ağırlığındaki bir yükü taşıyabilir.

Bu, çağlar boyunca böceklere atfedilen enerjiler ve sembolizm türüne işaret ediyor. Bu tür başarıların genellikle rasyonel olduğu kadar metafiziksel sonuçları da vardır. Büyük güç gösterilerinin nedeni, çoğu böceğin insanlardan farklı bir kas gelişimine sahip olmasıdır. Bir insanda 800'den biraz daha az bireysel kas bulunur. Bir çekirgede ise 900'den fazla kas vardır; ve çekirge, diğer birçok böcek gibi, yorgunluğa karşı büyük bir direnç sahiptir. 66

Böceklerin kendilerini korumak ve başarılı bir şekilde hayatta kalmalarını sağlamak için birçok yolu vardır. Bunlar da incelenmeli ve üzerinde düşünülmelidir. Böcek totemlerine sahip olanlar da benzer uygulamaları kullanabilirler. En yaygın olanı gizlenme ve kamuflajdır. Bazıları zırh kullanır, bazıları koza kullanır, bazıları ise pençeler, iğneler, kimyasallar, dişler ve benzeri şeylerle donanmıştır. Sizin böceğiniz ne kullanıyor? Siz de benzer bir şey kullanıyor musunuz? Kullanmalı mısınız? Yoksa yanlış mı kullanıyorsunuz?

Böceklerin en büyük düşmanı diğer böceklerdir. Bu durum, aynı bakış açısını insanlığa uyguladığımızda önem kazanır. İnsanlar kendi kendilerinin düşmanıdır.

En büyük düşman. İnsanların "Bunu kendime ben yaptım. Kendi kendimin en büyük düşmanıyım" dediğini ne sıklıkla duyarız? Eğer etrafınızda işler yolunda gitmiyorsa ve hayatınızda bir böcek (en büyük düşman) belirgin bir şekilde yer alıyorsa, kendinize bir bakın. Yapmanız gereken ama yapmadığınız bir şey var mı? Yapmanız gereken ama yapmadığınız bir şey var mı?

İnsanlar çevreleriyle doğrudan temas halindedir. Derimizi ve duyularımızı koruyacak hiçbir şeyimiz yoktur. Böcekler ise doğrudan temas halinde değildir.

Dış iskeletleri nedeniyle çevreyi algılamak için başka yollar kullanmak zorundadırlar.

En dinamik duyu organı antenler veya duyargalardır. Tüm antenler, boynuzlar, geyik boynuzları ve baş uzantıları, yüksek bilinç, sezgi ve gelişmiş algının sembolleri olmuştur. Böceklerin antenleri sürekli hareket halindedir ve çevrelerini hissederler. Bu hissetme yönü, böcekleri mistik geleneklerdeki psikometri adı verilen psişik yetenekle ilişkilendirir.

Psikometri, bir nesneyi tutma ve titreşimlerini okuma yeteneğidir; bu, nesnenin etrafında meydana gelen olaylar ve insanlarla bağlantılıdır.

Böceklerin antenleri boyut ve şekil bakımından çeşitlilik gösterir. Genellikle görme yeteneği zayıf olan böceklerde daha büyüktürler. Antenleri sayesinde hissedebilir, koklayabilir, tadabilir ve sıcaklığı belirleyebilirler. Ayrıca antenlerini ses çıkarmak için de kullanabilirler. Antenlerin üzerinde reseptör görevi gören çok sayıda küçük çıkıntı bulunur.

Böceklerde dokunma duyusu oldukça gelişmiştir. Bacaklarında, vücutlarında ve antenlerinde çok sayıda dokunma kılı bulunur. Böcek totemine sahip bireyler, dokunmaya karşı duyarlılıklarının daha da arttığını fark ederler. Çevrenize ve içindeki insanlara karşı aşırı duyarlı mısınız?

Çevrenizde olup bitenlere yeterince dikkat etmiyor musunuz? Gerçeklerden kopuk musunuz? Çok fazla zihinsel kaygılar besleyip fiziksel olanı ihmal mi ediyorsunuz?

Böcek totemine sahip kişilerin dokunmaya karşı daha hassas hale gelmesi alışılmadık bir durum değildir. Deri, vücudumuzun dış örtüsü ve en büyük duyu organımızdır. Hem korur hem de algılar. Hassasiyet ve öz değerin eski bir sembolüdür. Aynı zamanda doğum ve yeniden doğuşun da sembolüdür, çünkü derinin hücreleri sürekli olarak yenilenir.

Böcek totemleri, duyarsızlık sorunlarının ortaya çıktığı zamanlarda belirebilir. Başkalarına mı duyarsız davranıyoruz, yoksa onlar mı bize? Dış etkilere karşı duyularımızı köreltmeye mi çalışıyoruz? Sizi rahatsız eden nedir? Kimi rahatsız ediyorsunuz?

Böceklerin işitme duyusu çok keskindir. Hatta ultrasonu bile algılayabilirler. İşitme organları bacaklarında ve karınlarında bulunur. Bu organlar, çevrelerinde yayılan titreşimleri algılamalarını sağlar. Böcek totemine sahip bireyler, dinleme becerilerini geliştirmelidir. Sadece söylenenlere değil,

söylenmeyenlere de dikkat edin. Başkalarının beden diliyle söylenenlere de dikkat edin. İzlenimlerinize güvenin.

Böceklerin sesi yoktur, ancak vücutlarının bir bölümünü diğerine sürterek ses çıkarırlar. Bu sesler çeşitli iletişim işlevlerine hizmet eder. Eş bulmalarına ve hatta düşmanlarını korkutmalarına yardımcı olur.

Böcekler birbirlerine çeşitli yollarla mesaj iletirler. Koku, dokunma, cıvıldama ve hatta danslar kullanırlar. Karıncalar antenlerini birbirine değdirirler. Çekirgeler iletişim sesleri çıkarmak için kanatlarını birbirine sürterler. Arılar, yiyeceğin nerede bulunabileceğini ve ne kadar bol olduğunu iletmek için danslar yaparlar.

Böceklerin görme keskinliği sınırlıdır. Çoğunda görüş mesafesi yaklaşık bir metreye kadar keskindir. Aslında bileşik gözlere sahiptirler. Bu, insanlardan daha net ve odaklı görmelerini sağlamaz, ancak en ince hareketleri bile algılamalarına yardımcı olur.

Böcek mistisizmi, kendi yaşamınızdaki en ince hareketlere ve iletişimlere dikkat etmeyi öğretebilir.

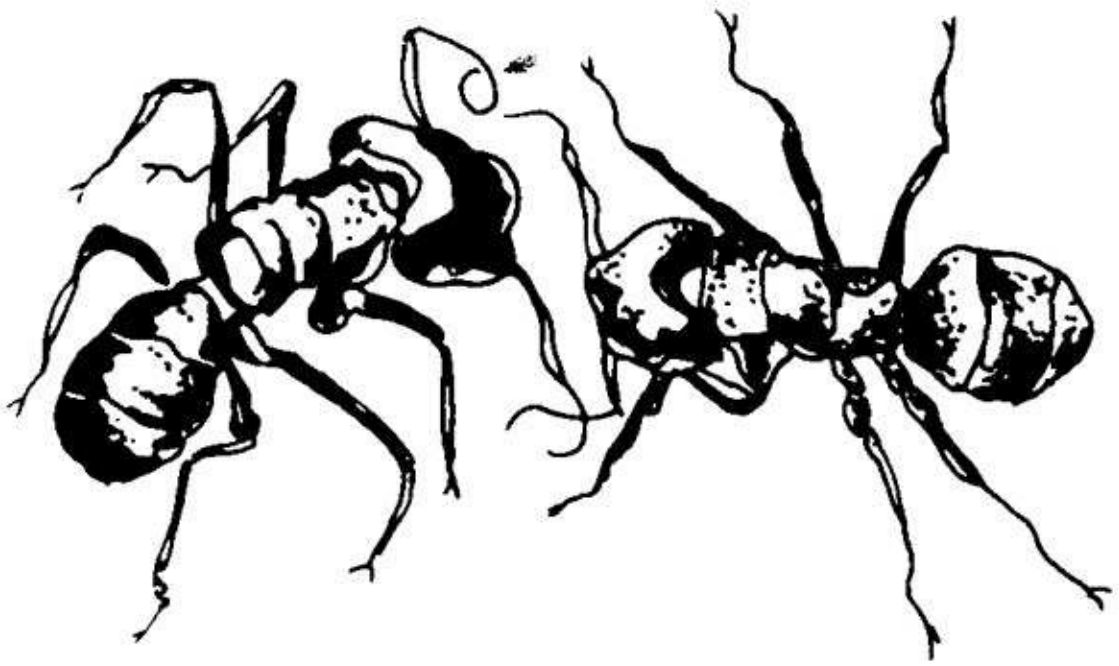
Böcekler, ince, sözsüz iletişim konusunda bilgi bekçileridir. Bize bu incelikleri kendi hayatımızda nasıl kullanacağımızı öğretebilirler. İyi bir deney, bir gün boyunca hiçbir sözlü, yazılı veya sözlü iletişim kullanmamaktır. Jestleri, duruşu, hareketleri, ses tonlarını ve dokunmayı kullanın. Bu şekilde ne kadar iyi iletişim kurabildiğinizi görün. Bu, uzun zamandır böceklerle ilişkilendirilen güçlere atfedilen harika ve büyülü şeyin bir parçasıdır. Bu, böcek türü ne olursa olsun, en gerçek şifasıdır.

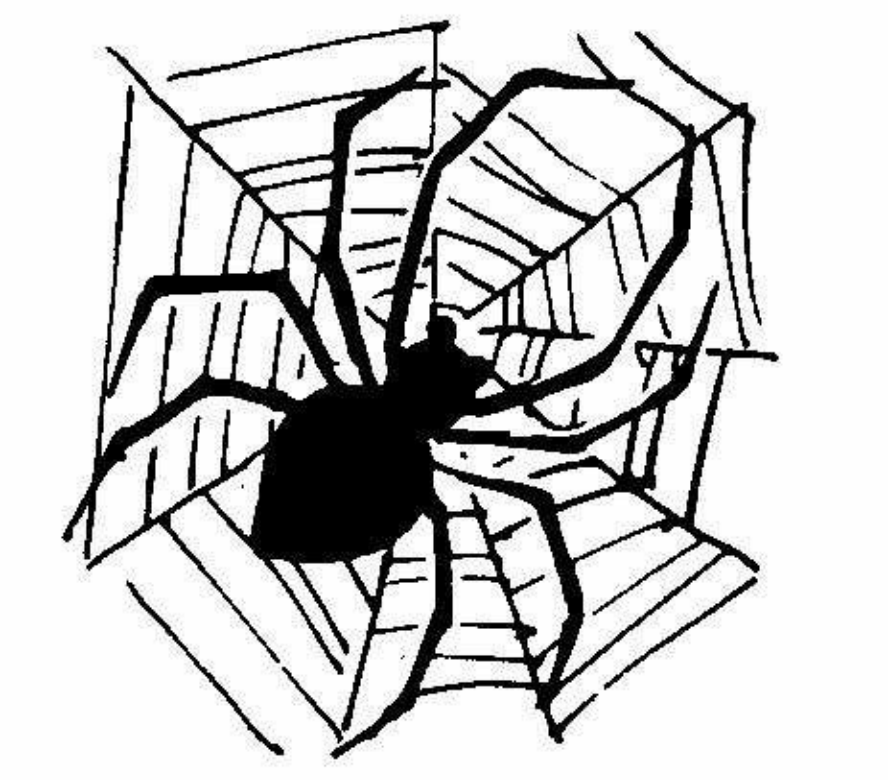
[İçindekiler]

64. Farb, Peter Böcekler (New York: Time-Life Books, 1968), s. 17.

65. Carroll, Lewis. Orijinal Alice Harikalar Diyarında (Newmarket, İngiltere: Brimax Books, 1988), s. 41.

66. Farb, s. 12.





ON BEŞİNCİ BÖLÜM

BÖCEK TOTEMLERİ SÖZLÜĞÜ

Aşağıdaki sözlük kesinlikle eksiksiz değildir. Hatta bu kitapta verilen kuşlar ve memeliler sözlüğüyle karşılaştırıldığında oldukça küçüktür. Böceklerin çok fazla farklı türü ve varyasyonu vardır ve hepsini kapsamak mümkün değildir. Ayrıca, aslında böcek olmayan örümcekleri de içermektedir.

Bunlar, açıklamayı kolaylaştırmak amacıyla bu kategoriye dahil edilmiştir.

Verilen örnekler, etraflarında en fazla mit ve efsane barındıranlardır. Mitler ve kökenleri de faydalı bir çalışma konusu olabilir. Bu, daha fazla bilgi sağlayabilir ve hatta olası geçmiş yaşam bağlantılarına dair ipuçları verebilir. Böcekler alanı çok geniş ve karmaşık olduğu için, bu kitapta yer alan diğer hayvanların çoğu kadar ayrıntılı olarak açıklanmamıştır. Ayrıca,

böceklerin birçok özelliği örtüşmektedir ve önceki bölümdeki bilgilerin çoğu çoğu böcek totemine uygulanabilir.

Tüm totemlerde olduğu gibi, her birini ayrı ayrı inceleyin. Davranışları, özellikleri ve benzeri şeyler önem taşıyacaktır. Onu bulduğunuzda hangi aktiviteyle meşgul? Yılın hangi zamanında ortaya çıkıyor? Son 72 saat içinde kendi hayatınızda bu böceğin enerjileriyle bir şekilde bağlantılı olabilecek neler oldu?

Ayrıca, böcekler için belirli bir güç döngüsü verilmemiştir; çünkü bu döngü mevsime, yaşam süresine (ki birçok böcekte nispeten kısa olabilir) ve metamorfoz evresine göre değişir. Çoğu böcek ilkbahar ve yaz aylarında en aktif hale gelir, sonbahar ve kış yaklaştıkça aktivite azalır ve kış genellikle bir tür uyku halini beraberinde getirir. Buna rağmen, unutmayın ki, eğer dinlersek, en ürkütücü böcekler bile bizimle konuşacaktır.

**KARINCA**

AÇILIŞ KONUŞMASI: Çalışkanlık, Düzen ve Disiplin

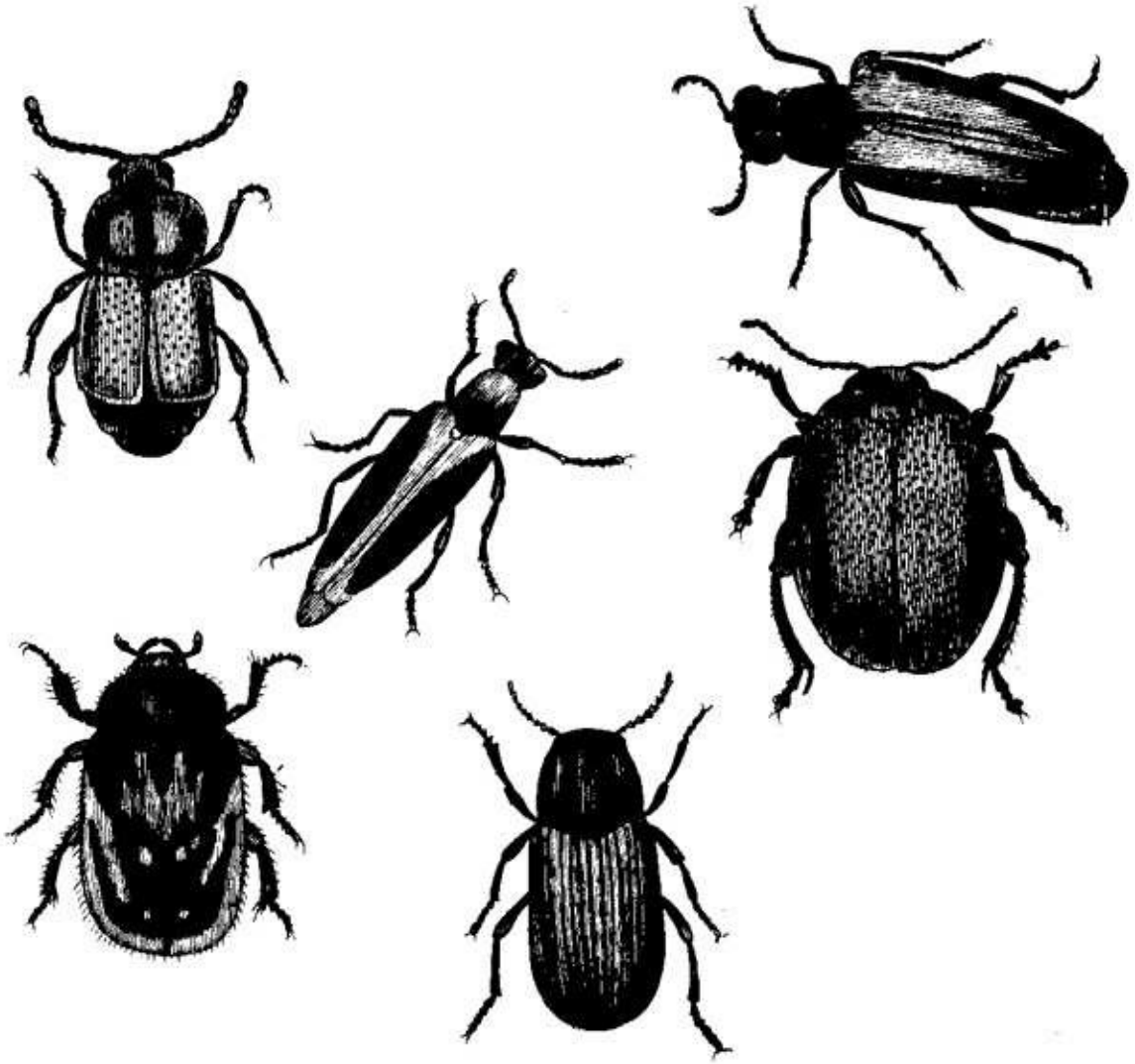
Karınca, uzun zamandır çalışma ve çalışkanlığın sembolü olmuştur. Bunun bir nedeni de, Ezop Masalları gibi Yunan mitolojisindeki karınca öyküleridir. Çabalarındaki bilgelik ve zekâları sıklıkla övülür. Birçok karınca türü vardır; bazıları yalnız yaşar, ancak çoğu daha büyük bir topluluğun parçasıdır. Sıklıkla angarya ile ilişkilendirilseler de, bu doğru değildir. Tek başlarına olduklarında basit ve karmaşık olmayan davranış kalıpları sergilerler. Topluluk içinde ise çeşitli faaliyet ve davranışlar sergilerler.

Karıncalar sosyal canlılardır. Çalışmalarının büyük bir kısmı topluluk faaliyetlerine odaklanır. Başlıca faaliyetleri toplama, avlanma ve yetiştirmedir. Evet, bazı karıncalar bir tür mantar yetiştirerek çiftçilik de yaparlar. Karıncalar ayrıca topluluk içinde yiyecek alışverişine katılırlar ve genellikle diğer karıncaları köleleştirerek işlerini yaptırırlar.

Çoğu karınca topluluğunda disiplin ve düzen vardır ve herkes kendi yerini bilir. Ağırlıklı olarak üç kast vardır: (1) yeni koloniler kuran kraliçeler, (2) kraliçeleri ömür boyu dölleyen kanatlı erkekler ve (3) bebek bakıcısı ve işçi olarak hizmet eden kısır dişiler.

Kraliçe karıncanın döllenene kadar kanatları ve uçma yeteneği vardır. Döllendikten sonra kendi kanatlarını koparır ve yeni doğan yavruların doğumu için kendi uçma yeteneğinden vazgeçer. Kraliçe genellikle on iki yıl sonra ölür. Karınca totemine sahip olanlar, on iki yıllık bir süre içinde çalışkanlık ve hedef belirleme döngüsünün artabileceğini görebilirler. On iki günlük, aylık ve yıllık döngü önemli olacaktır. Numerolojiyle ilgilenenler için, eğer karınca toteminiz ise bu sayıyı incelemek faydalı olacaktır.

İşçi karıncalar yetenekli mimarlardır. Karmaşık evler, galeriler ve hatta tonozlu tavanlar inşa ederler. Becerileri ve yılmaz çabaları, bu totem sembolünün uyandırabileceği şeyler hakkında çok şey yansıtır. Karınca, nasıl inşa edeceğinizin, kendi hayatınızın mimarı nasıl olacağınızın öğretmenidir. Hayallerinizi nasıl gerçeğe dönüştüreceğinizi gösterebilir. En büyük başarının azimle geldiğini gösterecektir. Eğer karınca bir totem sembolü olarak ortaya çıktıysa, kendi çalışkanlığınızı inceleyin. Elinizdeki görevleri tamamlamak için kendinizi yeterince disipline ediyor musunuz? Siz veya çevrenizdekiler hızlı ve kolay yolu mu arıyorsunuz? Önemli faaliyetleri ihmal ediyor musunuz? İyi bir temel atıyor musunuz? Her geçen yıl hayatınıza bir şekilde yeni yapılar ekliyor musunuz - eğitim, iş, hobiler vb.? Çabalarınızda sabırlı mısınız? Kendinize karşı sabırlı mısınız? Başkalarına karşı? İşleri gerekenden daha büyük ve daha zor hale mi getiriyorsunuz? Yeni yaratımlar ve girişimler başlatma fırsatını mı kaçırıyorsunuz? Karınca size kendi gücünüzü nasıl kullanacağınızı öğretebilir.



Hayatınızı ve koşullarınızı sıfırdan tasarlama ve yeniden yaratma gücü. Ant, herkesin iyiliği için başkalarıyla en iyi nasıl çalışılacağını size gösterebilir. Ant bize, koşullar ne olursa olsun, çaba samimi ise ödüllerin en uygun zamanda ve şekilde geleceğini öğretir. Ant, çaba yoluyla başarının vaadidir.

**ARI**

AÇILIŞ KONUŞMASI: Doğurganlık ve Hayatın Balı

Arılar, dünyanın dört bir yanında mitolojik semboller olmuştur. Hinduizmde, tasvir ediliş biçimine bağlı olarak, arı Vişnu, Krishna veya hatta aşk tanrısı

Kama ile ilişkilendirilebilir. Mısır'da krallığı ifade ediyordu. Yunanistan'da Eleusinian Gizemleri'nin sembolizminde kullanıldı ve Keltler onu gizli bilgelikle ilişkilendirdi. 67 Muhtemelen en önemli ve tutarlı sembolizmi, öncelikle iğnesi ve tozlaşmadaki rolü nedeniyle cinsellik ve doğurganlıkla ilgilidir.

Arılar uzun zamandır imkansızı başarmanın sembolü olmuştur. Uzun yıllar boyunca bilim insanları arıların nasıl uçabildiğini belirleyememişti. Aerodinamik olarak, vücut kanatlar için çok büyüktü. Ancak son zamanlarda bilim, arıların kanatlarını o kadar yüksek bir hızda hareket ettirdiklerini ve bunun da uçmayı mümkün kıldığını belirledi. Yine de, birçok kişi için imkansız görünen görevleri başarmanın sembolü olmaya devam ediyor.

Tüm arılar özünde "bal" arılarıdır. Bal toplar ve tozlaşmayı sağlarlar. Arılar genellikle böceklerin en çalışkan ve en faydalı olanları olarak kabul edilir.

Onlar olmadan hiçbir çiçek ve birçok meyve asla açmazdı. Bu, tozlaşma yoluyla gerçekleşir. Arılar bir çiçeğe konup nektarını toplarken, polen de bacak liflerine yapışır. Daha sonra diğer çiçeklere taşınarak döllenme süreci oluşturulur.

Tozlaşma, arının katıldığı üretken süreçlerden sadece biridir. Ayrıca bal gibi besin sağlar ve diğer böcekleri avlayarak böcek popülasyonunun dengede kalmasına yardımcı olur. Yuvalarını toprağa kuran arılar, toprağı havalandırarak, çoğu zaman solucandan çok daha iyi bir şekilde toprağı alt üst ederler.

Eğer hayatınızda bir arı belirdiyse, kendi verimliliğinizi gözden geçirin. Hayatınızı daha verimli hale getirmek için elinizden gelen her şeyi yapıyor musunuz? Yeterince meşgul müsünüz? Çabalarınızın balının tadını çıkarmak için zaman ayırıyor musunuz yoksa işkolik misiniz? Çok fazla şey yapmaya

mı çalışıyorsunuz? Arzularınızı kontrol altında tutarak daha verimli olmalarını sağlıyor musunuz?

Arıların bacakları en hassas organlarından biridir. Bir arı, bacaklarıyla adeta tadım yapar. Konduğu çiçeğin içinde nektar olup olmadığını anlayabilir. Peki siz de yaptığınız işlerden ve yaptığınız aktivitelerden keyif almak için zaman ayırıyor musunuz? Arı, bize aktivitelerin, onlardan keyif almak için zaman ayırırsak daha verimli ve daha tatlı olacağını hatırlatır.

İğne genellikle fallik bir sembol olarak görülür. Çoğu arı sadece bir kez sokar. İğneye bağlı bir diken bulunur ve bu diken kullanıldığında iğneyi koparır. Kraliçe birden fazla kez sokabilir, ancak yalnızca yeni bir kraliçe doğduğunda savaşır.

Çoğu arı türü organize topluluklar halinde yaşar. Bu durum en çok bombus arıları ailesinde belirgindir. Kraliçe, erkek arılar ve işçi arılar bulunur. Kraliçenin yumurtladığı ilk yavrular işçi arı olur ve yuvanın yapımını ve bakımını üstlenirler. Arılar, karıncalar gibi, mükemmel inşaatçılardır. Petekler altıgen şeklinde inşa edilir. Bu geometrik şekil uzun zamandır mistik bir anlam taşımaktadır. Kalbin ve kendi kalplerimizde bulunan yaşamın tatlılığının sembolüdür. Güneşin ve onunla ilişkili tüm enerjilerin sembolüdür.

Arı, hayatın balını çıkarmamız ve güneş varken hayatlarımızı verimli kılmamız gerektiğini hatırlatır. Arı, hayalimiz ne kadar büyük olursa olsun, peşinden gidersek gerçekleşme vaadi olduğunu hatırlatır. Hayat iksiri bal kadar tatlıdır ve arı, hayallerimizin peşinden gidersek bu iksiri içme fırsatının bizim olduğunu bize vaat eden bir semboldür.

**BÖCEK**

AÇILIŞ KONUŞMASI: Diriliş

Böcekler, tüm böcekler arasında en çeşitli olanıdır. 280.000'e kadar böcek türü olabilir. Bunu daha iyi anlamak için, balıklar, sürüngenler, amfibiler, kuşlar ve memeliler de dahil olmak üzere omurgalı hayvanların sayısının yaklaşık 44.000 olduğunu belirtelim. 68

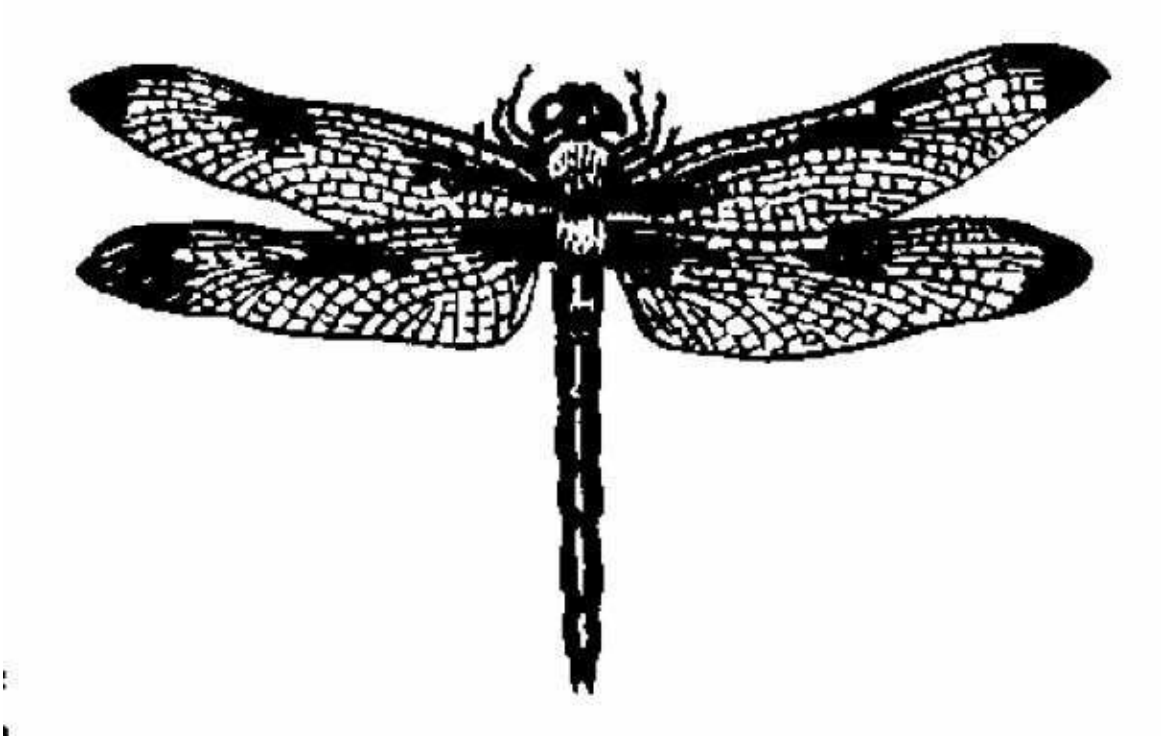
Mısır'da, kutsal böcek olan skarabe büyük önem taşıyordu. Böcek, bir parça öküz gübresini alıp doğudan batıya doğru yuvarlayarak top şekline getirirdi. Yumurtalar bunun içine bırakılır ve sonra gömülürdü. Yaklaşık bir ay sonra, böcek onu topraktan çıkarır ve suya iterdi ve yavrular ortaya çıkardı. Doğudan batıya doğru yuvarlanması nedeniyle, güneş ve gökyüzündeki hareketiyle ilişkilendirildi. Böylece skarabe, güneş tanrıları ve yeni yaşamın sembolü haline geldi.

Birçok böcek gibi, kınkanatlı da larva evresinden kanatlı evreye kadar muazzam bir başkalaşım geçirir. Bu nedenle, diriliş ve değişimle ilişkilendirilir.

Kanatlı evresinde, ön kanatlar kalınlaşarak sert kapaklar haline gelir ve yumuşak alt kısmı korur. Bu, bu toteme sahip olanlar için daha koruyucu olma ihtiyacını veya belki de çok içine kapanık olduklarını gösterebilir.

Eğer böcek hayatınızda belirdiyse, başkalaşım ihtiyacını inceleyin. Bu süreçte misiniz? Eğer öyleyse, hangi aşamadasınız? Bir değişime mi ihtiyacınız var? Yeni bir güneş ışığına mı ihtiyacınız var? Hayatınızın bazı yönlerini yeniden canlandırmanın zamanı geldi mi? Geçmişi geride bırakmanın zamanı geldi mi? Böcek size bunu en büyük başarıyla nasıl yapacağınızı gösterebilir.

**KELEBEK**



AÇILIŞ KONUŞMASI: Dönüşüm ve Neşe Dansı

Muhtemelen hiçbir hayvan veya böcek, dönüşüm ve şekil değiştirme sürecini kelebekten daha iyi temsil etmemiştir. Bu totem hayvanına sahip olanlar için, başkalaşım süreci yakından incelenmelidir. Kelebeklerde ve güvelerde, önceki bölümde özetlendiği gibi, her zaman dört farklı değişim aşaması vardır. (Koza, gerçek bir kelebek tarafından değil, sadece güve tarafından krizalit aşaması için örülür.)

Bir kelebek belirdiğinde, o an karşı karşıya olduğunuz en önemli sorunları not edin.

Muhtemelen bu yüzden ama kelebek ortaya çıktı. Onlarla ilgili olarak değişimin hangi aşamasındasınız? Bunu belirlemek için, sonucun ne olmasını istediğinizi ve bunu en iyi nasıl başarabileceğinizi incelemeniz ve belirlemeniz gerekebilir.

Kelebek, mitoloji ve dinde güçlü bir semboldür. Erken Hristiyanlıkta ruhun sembolüydü. Çin'de ise evlilik mutluluğu ve sevincinin sembolü olarak kullanılıyordu. Hopi geleneğinde, kelebek kabilesinin evlenmemiş kızları saçlarını kelebek kanadı şeklinde örerlerdi. Kızılderili efsanelerinde, Nez Perce kabilesinin çocukları çağırdığında kelebeklerin geldiğine dair hikayeler anlatılır.

Yerli Amerikalılar için kelebek, değişim, neşe ve rengin sembolüdür. Kelebeğin renkleri, anlamı ve hayatınızdaki rolünü anlamanıza yardımcı olması açısından incelenmelidir. Geçtiğimiz günlerde Florida'da periler ve elfler üzerine bir atölye çalışmasından önce, atölye çalışmasına hazırlık olarak yakındaki bir doğa merkezinde meditasyon yapıyordum. Gözlerimi açtığımda, yaklaşık bir düzine siyah ve sarı kelebekle (Zebra Heliconius) çevriliydim. Hatta birkaç tanesi kucağımdaydı.

Bu benim için birkaç nedenden dolayı çok önemliydi. Birincisi, halk inanışlarında peri diyarı sakinleri ile ergitmeler arasında uzun zamandır bir ilişki olduğu anlatılır. Siyah ve sarı renkler ise daha da anlamlıydı. Geleneksel argosunda bu renkler, doğa ruhlarının faaliyetlerini denetleyen başmelek Auriel ile sıklıkla ilişkilendirilir. Bu, atölyeme giderken bana eşlik edecek enerjinin harika bir göstergesiydi.

Ama kelebekler çiçeklere ve benzeri şeylere konarken adeta dans ediyorlar. Bize hayatımızdaki şeyleri fazla ciddiye almamamız gerektiğini hatırlatıyorlar.

Hafiflik ve neşe duygusunu uyandırırlar. Hayatın bir dans olduğunu ve dansın güçlü olsa da büyük bir zevk olduğunu hatırlatırlar.

Ama ergitme böcekleri, kalkıp hareket etmenin hatırlatıcısı olabilir; çünkü hareket edebiliyorsanız dans edebilirsiniz. Dans, hayatın tatlılığını geri getirir. Bu durum, ergitme böceklerinin ön bacaklarında tat alma organları

bulunmasıyla daha da örneklendirilir. Çiçeklerin üzerinde yürüyerek tat alırlar.

Ama kelebekler beraberlerinde renk ve neşe getirirler. Hayatınıza kelebekler girdiğinde, hayatınızdaki neşenin ne kadar az ya da çok olduğuna bakın.

Rahatlayın. Değişimi arayın. Her değişimin iyi olduğunu unutmayın. Ancak erfly tıbbı, fırsatlar ortaya çıktığında değişiklik yapmamız gerektiğini hatırlatır. Dönüşüm kaçınılmazdır, ancak erfly size büyüme ve değişimin travmatik olmak zorunda olmadığını öğretecektir. Size, istediğimiz kadar nazik, tatlı ve neşeli bir şekilde gerçekleşebileceğini öğretecektir.

**YUSUFÇUK VE KIZILCIK**

AÇILIŞ KONUŞMASI: Işığın Gücü

Yusufçuklar ve su kızböcekleri çok eski canlılardır ve 180 milyon yıldan fazla bir süredir var oldukları tahmin edilmektedir. Mücevher gibi güzel bir renge sahiptirler. Parlak renklerin gelişmesi zaman alır; bu da olgunlaştıkça gerçek renklerimizin ortaya çıkması fikrini yansıtır. Bu, yusufçuk tıbbının bir parçasıdır.

Birçok kişi için yusufçuk ile kızböceği arasındaki farkı anlamak zordur. Yusufçukların geniş gövdeleri ve kocaman gözleri vardır. Kızböcekleri ise daha ince ve narindir. Yusufçuklar dinlenirken kanatlarını bir planör gibi açarlar. Kızböcekleri ise dinlenirken kanatlarını sırtlarının üzerine katlarlar. Yusufçuklar genellikle uçarken beslenirler, kızböcekleri ise beslenmeden önce her zaman yere inerler.

İkisi de hızlı uçuşları ve göz kamaştırıcı hava gösterileriyle bilinir; sanki ışığın kendisinin nasıl hareket ettirilebileceğini ve yönlendirilebileceğini taklit ederler. Anında dönerler, yön değiştirirler, havada asılı kalırlar, yukarı

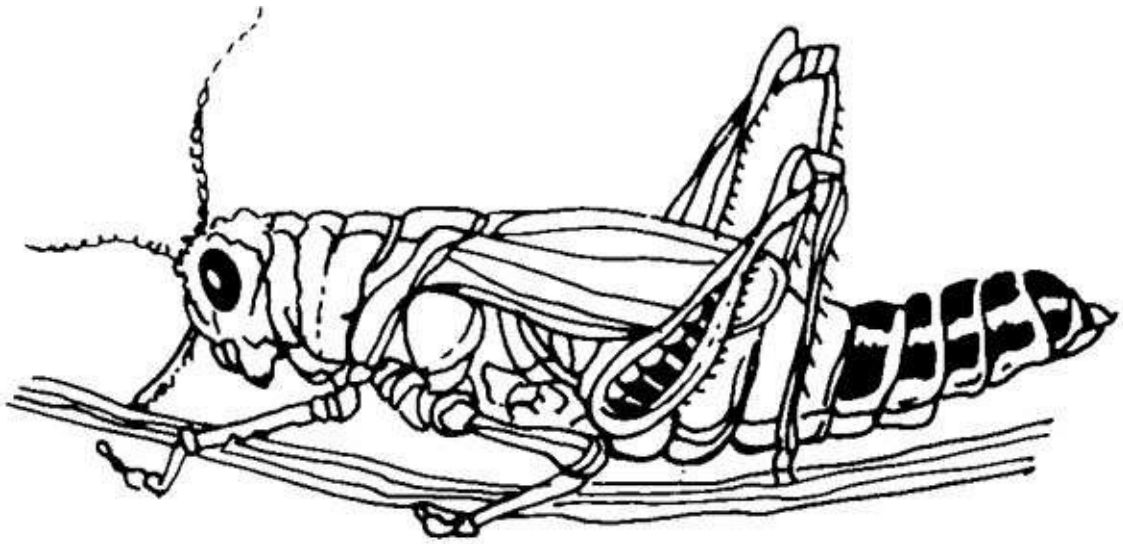
veya aşağı hareket ederler ve hatta geriye doğru uçarlar. Yusufçuklar bazen sivrisinek avcıları olarak da bilinir. Hem yusufçuklar hem de yusufçuklar uçan böceklerin mükemmel avcılarıdır. Saatte 48 kilometreye varan hızlarda uçabilirler ve gözleri uçan böcekleri tespit etmelerine yardımcı olur. 12 metre uzaktaki bir hareketi bile fark edebilirler. Avlarını yakalamak için keskin, dikenli bacaklarını ve güçlü çenelerini kullanırlar.

Yusufçuklar ve su böcekleri iki alemde yaşarlar: su ve hava. Bunların önemi incelenmelidir. Erken yaşamlarında, yani nimf evresindeyken, suda yaşarlar. Olgunlaşıp başkalaşım geçirdikçe, hava alemine geçerler. Yusufçuk totemine sahip bireylerin erken yaşlarda çok duygusal ve tutkulu olmaları alışılmadık bir durum değildir, ancak yaşlandıkça bunu daha büyük bir zihinsel berraklık ve kontrolle dengelemeyi öğrenirler. Bazen bu, erken yaşamdaki duygusal sorunlar nedeniyle duyguların bastırıldığını gösterebilir. Unutmayın ki yusufçuk ve su böceği her zaman suyun etrafında bulunur. Duygusal ve zihinsel ifadeler birlikte olmalıdır.

Eğer hayatınızda bir yusufçuk belirdiyse, duygusal bir konuda biraz temiz havaya ihtiyacınız olabilir. Yeni bir bakış açısı edinmeniz veya bir değişiklik yapmanız gerekebilir. Hatta duygularınızı ihmal ettiğinizi bile gösterebilir. Her şeye çok mu rasyonel yaklaşıyorsunuz?

Duyguların rengini canlı tutmuyor musunuz?

Yusufçuklar çok bölgeseldir. Yumurtalarını su kenarındaki kendi bölgelerinde bırakırlar. Yumurta sonunda bu böcekteki metamorfozun nimf evresine dönüşür ve yetişkin bir yusufçuk veya kızböceğine dönüşmeden önce yaklaşık iki yıl nimf olarak kalır. Bu, bu totem sembolüne sahip olanlar için bir dizi olasılığı yansıtabilir. Yaklaşık iki yıllık bir dönemi gösterebilir.



Değişim doruk noktasına ulaşmak üzere. Bu, iki yıllık bir dönüşüm dönemine girdiğinizi yansıtabilir. Hatta iki yıl içinde arzu ettiğiniz renkli dönüşümlerle sonuçlanabilecek değişiklikleri hayata geçirme ihtiyacını da yansıtabilir. Ancak hayatınızı ve faaliyetlerinizi inceleyerek, bunun özel rolünü anlamaya başlayabilirsiniz.

Tıpkı ışığın bükülüp, şekil değiştirip ve çeşitli şekillerde uyarlanabilmesi gibi, yusufçukla ilişkilendirilen arketipsel güçler de aynı şekilde uyarlanabilir. En uyarlanabilir böceklerden biridir. Bu yüzden bu kadar uzun süre hayatta kalabilmiştir. Yusufçukların iki çift kanadı vardır, ancak gerekirse tek kanatla da uçabilirler. Gözleri, bacaklarındaki özel taraklar ve ağızlarında toplanan su damlalarıyla yıkanarak temiz tutulur.

Başlıca avcıları kurbağalar ve kuşlardır. Özellikle kurbağa, bu toteme sahip olanlar tarafından incelenmelidir. Son bölümde yer alan bilgiler bu konuda size yardımcı olacaktır.

Onların alemi ışık alemi olup, soğukkanlı oldukları için sadece gündüzleri dışarıdadırlar. Yaz, güneşin sıcaklığına ve ışığına ihtiyaç duydukları için en güçlü oldukları zamandır. Bu toteme sahip olanlar için bu hususu dikkate almak önemlidir. Temiz su kaynaklarının yakınında güneş altında vakit

geçirmek, bu toteme sahip olanların sağlık durumlarını iyileştirmek ve değiştirmek için faydalı olacaktır.

Bazılarının derilerinde renk pigmentleri bulunsa da, çoğu için renkler neredeyse gökkuşağının oluşumuyla aynı şekilde meydana gelir. Kabuklarındaki yapılar ışığı dağıtır ve kırar, bu da onlara yanardöner yeşil ve mavi bir görünüm kazandırır. Yaşlandıkça, birkaç renk değişiminden geçebilirler. Işığı ve rengi yansıtma ve kırma yeteneği, onu birçok sihir ve mistisizm biçimiyle ilişkilendirmiştir; bunlar arasında renk büyüsü, illüzyon (başkalarının yalnızca sizin görmek istediğinizi görmesini sağlamak) ve daha fazlası yer alır. Yusufçukların büyüsü, ışığın gücü ve onunla ilişkilendirilen her şeydir.

Japon resimlerinde sıklıkla tasvir edilen yusufçuklar ve kızböcekleri, yeni ışığı ve neşeyi temsil eder. Bazı yerli Amerikalılar için ise ölülerin ruhlarını temsil ederler. Bazı hikayeler, eskiden gerçek ejderhalar oldukları zamanlardan bahseder. Genellikle ejderhaların ateş püskürten devasa canavarlar olması gerektiğini varsayarız, ancak Periler Diyarı'nın fantastik yaratıkları genellikle birçok şekil ve boyutta karşımıza çıkar.

*"Periler Diyarının Büyüsü"* ne başvurabilirsiniz .

Yusufçuk ve kızböceği güneş ve ışıkla etkileşime girer ve onlarla birlikte çalışır. Işık gün boyunca değişir. Yusufçuk ve kızböceği kendi dönüşümlerini geçirir. Eğer ortaya çıktılarsa, değişimin gerçekleşmesini bekleyin. Gereksiz yere değişime direniyor musunuz? Yusufçuklar bize ışık olduğumuzu ve istersek ışığı güçlü şekillerde yansıtabileceğimizi hatırlatır. "Işık olsun" ifadesi, yaratıcı hayal gücünü hayatınızda bir güç olarak kullanmanız için ilahi bir yönlendirmedir. Yusufçuk ve kızböceklerinin bize öğrettiği şeylerden biri de budur.

Hayat asla göründüğü gibi değildir, ama her zaman ışık ve renkle doludur. Yusufçuk, yanılsamalarınızın ötesini görmenize ve böylece kendi ışığınızın parlamasına yardımcı olabilir. Yusufçuk, dönüşümün parlaklığını ve renkli yeni bir vizyonun harikasını getirir.

**ÇEKİRGE**

AÇILIŞ KONUŞMASI: Olağanüstü İleri Atılımlar

Eski İbraniler çekirgeyi felaketin sembolü olarak görse de,

Diğer toplumlarda ise onur ve saygınlık simgesiydi. Çin'de çekirgeler ve cırcır böcekleri neşe, iyi şans, bolluk ve erdemin sembolüydü. Hatta bazıları akrabalarının çekirge veya cırcır böceği olarak hayata geri döneceğine inanır ve buldukları için küçük kafesler inşa ederlerdi. Antik Yunanlılar için bile çekirge asaletin sembolüydü.

Adından da anlaşılacağı gibi, çekirge zıplayarak ve hoplayarak hareket eder. Kaçma yöntemi de budur. Çekirgelerin muazzam bir zıplama yeteneği vardır ve kendi vücut uzunluklarının yirmi katına kadar yatay olarak zıplayabilirler.

Bu toteme sahip olanlar için, yerlerinde saymaktan vazgeçip harekete geçmek önemlidir. Bir şans verin; ileriye doğru bir adım atın.

Çekirgenin arka bacakları, vücudunun geri kalanından ve diğer böceklerin bacaklarından farklıdır. Son derece uzun ve büyüktürler. Arka bacaklarda hassas bir şekilde kontrol edilen kaslar bulunur. Bu toteme sahip olanlar genellikle işlerin diğer insanlarla olduğu gibi ilerlemediğini veya akmadığını fark ederler. İlerleme genellikle adım adım gerçekleşmez. Bunun yerine, başkaları ilerliyor gibi görünürken siz yerinizde sayıyor gibi görünebilirsiniz. Cesaretinizi kaybetmeyin. Çekirge ortaya çıktığında, yeni bir sıçrama yakında gerçekleşecektir; bu sıçrama muhtemelen sizi hayatınızdaki diğerlerinin önüne geçirecektir.

Çekirgelerin, güneş ışığına maruz kalabilecekleri tümseklerin ve diğer yerlerin güneşli taraflarını bulma içgüdüsü vardır. Sıcak ve ışıklı ortamlarda bulunma ve ne zaman sıçramaları gerektiğini bilme konusunda yeteneklidirler. Eğer bu sizin toteminizse, kendi içgüdülerinize ve ritminize güvenin.

Başkaları için işe yarayan şey, sizin için de işe yarayacağı anlamına gelmez. (Ayrıca, sizin için işe yarayan şeyin muhtemelen başkaları için işe yaramayacağını da unutmayın.)

Hayatınızın herhangi bir alanında ne zaman harekete geçmeniz gerektiğini bilmek için kendi iç sesinizi dinleyin. Çekirgelerin ön bacaklarında timpanik bir organ bulunur. Nefes aldıklarında bu organ aktif hale gelir. Bacaklarını farklı yönlere hareket ettirerek sesin kaynağını bulabilirler.

Sesleri algılama ve bacaklar arasındaki bu bağlantı son derece önemlidir. *İç sesinize güvenin.*

Çekirge totemine sahip olanlar, başarılı girişimlere atılma konusunda inanılmaz bir yeteneğe sahiptir. Bu, iç seslerini dinlemeyi ve kendi içgüdülerini takip etmeyi öğrendiklerinde daha da belirginleşir. Bazen çekirge, dinlemediğimizde veya tepeciğimizden atlamaktan korktuğumuzda ortaya çıkabilir. Çoğu zaman bu korkular, "bunu daha önce kimse bu şekilde yapmadı" gerçeğiyle ilgilidir.

Çekirge insanları yeni sıçramalar yapmayı öğrenmek zorundadır. Hayat ancak hareket etmeyi reddettiklerinde zorlaşır. Böyle zamanlarda kendilerini bir felaketin içinde gibi hissedebilirler. Unutmayın, bir çekirge her zaman yukarı veya ileriye doğru sıçrar. Geriye doğru sıçramaz.

**DUA EDEN PEYGAMBER DEVESİ**

AÇILIŞ KONUŞMASI: Sakinliğin Gücü

Peygamber devesi mitolojide ve halk hikayelerinde yer almıştır. Çin'de, peygamber devesinin faaliyetleri etrafında bir dövüş sanatları sistemi gelişmiştir.

Kung Fu, hayvanların ve doğanın çeşitli yönlerinin taklit edilmesine dayanır. Bunun bir biçimi de peygamber devesi formudur.

Ancak en öne çıkanlar, Afrika folklorunda yer alan peygamberdevesiyle ilgili öykülerdir. Afrika'daki Kalihari Bushmenleri için Peygamberdevesi, Bushmenlerin bir parçasıydı. Peygamberdevesi ve maceralarından bahseden çok sayıda öykü vardır. Birçok yönden, bunlar ovalardaki Kızılderililerin çakal öykülerine ve Kuzeybatı Kızılderililerinin karga öykülerine benzer. Peygamberdevesi ne zaman başı derde girse, gidip saklanırdı. Sonra uykuya dalar ve sorununa bir çözüm rüyasında görürdü.

Bu, bu böceğin temel özelliğini, yani dinginliğin gücünü özetliyor. Dış zihni dinginleştirmeyi ve içe dönmeyi öğrenerek, fiziksel, duygusal, zihinsel veya ruhsal olarak daha büyük bir güce ulaşabiliriz. Bu dinginlik basit bir tefekkür, meditasyon veya hatta uyku ve rüyalar olabilir. Eski mistikler, kullanabileceğimiz yedi sessizlik seviyesinden bahsetmişlerdir; ilki basit tefekkür, sonuncusu ise ölümdür. Bunların arasında, hayatımıza muazzam bir güç katabilecek boyutlar vardır. Peygamber devesinin öğrettiği şeyin bir kısmı da budur.

Bu, dış dünyayı sakinleştirmeyi öğretir; böylece harekete geçme zamanı geldiğinde (herhangi bir biçimde) iş kesinlik, doğruluk ve büyük bir güçle yapılır.

*Random House İngilizce Sözlüğü'ne* göre , peygamber devesi kelimesi Yunanca "Peygamber " anlamına gelen bir kelimeden türemiştir.69 Sessizliğe girmeyi öğrenirsek, kendimizi peygamberliğe açabiliriz. Geleneksel kung fu ile birlikte bazen öğretilen bir meditasyon biçimine "chi

kung" denir. Bu meditasyon, bireyin içe dönmesine ve vücudun yaşam gücünü belirli yollar boyunca yönlendirmesine, vücudun çeşitli organları ve sistemleri aracılığıyla güçlendirmesine ve desteklemesine yardımcı olur. Bunun iyileştirici ve güçlendirici uygulamaları vardır. Sessizliği çeşitli derecelerde -ister yaratıcılık için ister iyileşme için- kullanmayı öğrenebiliriz ve bu, peygamber devesinin öğrettiği şeyin bir parçasıdır.

Peygamberdevesini harika bir avcı yapan ve hayatta kalmasını sağlayan şey, işte bu hareketsiz kalma yeteneğidir. Çevresiyle bütünleşerek hareketsiz bir şekilde bekler. Ardından, en uygun zamanda, uzun ön bacaklarıyla avını aniden yakalar ve bu bacaklar, bir çakı gibi kurbanının üzerine kapanır.

Bu totem sembolüne sahip olanlar için bazı incelemeler gerekli olabilir. Planlarınızı daha ortaya koymadan başkalarına mı anlatıyorsunuz? Ne söylediğiniz ve kime söylediğiniz konusunda ayrım gözetmiyor musunuz? Sabırsız mısınız? Meditasyon yapmaya ve dış zihni sakinleştirmeye mi ihtiyacınız var? Çok aceleci davrandığınız veya konuştuğunuz için hayatın ödüllerini yakalama fırsatlarını mı kaçırıyorsunuz? Peygamber devesi tüm bu konularda yardımcı olabilir.

**ÖRÜMCEK**

AÇILIŞ KONUŞMASI: Yaratıcılık ve Kaderin Dokunması

Örümcek, dünyanın dört bir yanındaki mit ve efsanelerde yer almıştır. Genellikle sembolizmi, kullanıldığı her yerde çok benzer olmuştur. Hindistan'da, yanılsama dokuyucusu Maya ile ilişkilendirilmiştir. Yunan mitolojisinde Kader Tanrıçaları ve İskandinav efsanelerinde yaşam ipliklerini dokuyan, ölçen ve kesen kadınlar olan Noms ile bağlantılıdır. Yerli Amerikalılar için örümcek, büyükanne, geçmiş ve gelecek arasındaki bağlantıdır.

Böceklerin aksine, örümceklerin üç yerine iki bölümden oluşan bir vücutları vardır ve bu da onlara genellikle sekiz rakamına benzer bir görünüm verir. Bu özellik, (böceklerin altı bacağının aksine) sekiz bacağıyla birlikte, yaşamla ilişkilendirilen tüm mistisizmle, bir çemberden diğerine akmayla bağlantılıdır.

Zorluk, o dairelerde yürümeyi öğrenmek veya ikisi arasında ortada pozisyonunuzu korumaktır.

Örümcek, geçmiş ve gelecek, fiziksel ve ruhsal, erkek ve kadın arasında denge kurmayı öğretir. Örümcek, şu anda yaptığınız her şeyin gelecekte karşılaşacağınız şeyleri ördüğünü öğretir. Tarot destesinde Kader Çarkı adlı bir kart vardır. Bu kart, ritimlerle ilgilidir; yükseliş ve düşüş, akış ve değişim. Şeref ve şöhret enerjileriyle ve kendimizi doğanın ritmine yerleştirmek için gerekli hassasiyetlerle bağlantılıdır. Örümceği totem olarak benimseyen herkes için bu kart üzerine meditasyon yapmak faydalı olacaktır.

Örümcek, yaratıcı duyarlılıkları uyandırır. Geçmişin her zaman bugünü ve geleceği incelikle etkilediğini hatırlatmak istercesine, karmaşık ve incelikli bir ağ örer. Ağlar genellikle, yaratıcılığın ve gelişmenin geleneksel biçimi olan spiral bir şekil alır. Ağın içinde bulunan örümcek, kendi dünyamızın merkezinde olduğumuzu hatırlatır. Eski gizem okullarının kapılarının üzerinde şu ilke yazılıydı: "Kendini Tanı ve Evreni Tanıyacaksın!" Örümcek, dünyanın etrafımızda örüldüğünü hatırlatır. Kendi kaderimizin koruyucuları ve yazarlarıyız; onu düşüncelerimiz, duygularımız ve eylemlerimizle bir ağ gibi örüyoruz.

Örümcek, sahip olduğu özellikler nedeniyle, mistikler ve mitolojide üç baskın sihir ifadesiyle ilişkilendirilmiştir. Birincisi, yaratılışın sihri ve enerjisidir. İpek ağ örme yeteneğinde yansıyan yaratıcı gücün sembolüdür. Ayrıca, bu yaratıcı gücün iddialılığıyla, yaratılışın dişil enerjilerini canlı ve

güçlü tutmakla da ilişkilendirilir. Daha sonra ele alınacağı gibi, bu durum bazı örümceklerin özellikleriyle bağlantılıdır; örneğin, çiftleşme sonrasında erkeği öldürüp yiyen dişi kara dul örümceği gibi.

Örümceğin üçüncü baskın büyüsü, geçmiş ve gelecekle olan bağlantıları olan sarmal enerjisiyle ilişkilidir. Merkezi bir noktada birleşen ağın sarmalı, bu toteme sahip olanlar tarafından üzerinde düşünülmesi gereken bir şeydir. Merkezi bir hedefe doğru mu ilerliyorsunuz yoksa dağılıp birçok yöne mi gidiyorsunuz? Her şey odaklanmış durumda mı? Çok fazla dahil oluyor ve/veya kendinize mi odaklanıyorsunuz?

Başkalarının başarılarına odaklanıp kendi başarılarınızı göz ardı mı ediyorsunuz? Bu yüzden kendinize veya onlara karşı kırgınlık mı geliştiriyorsunuz?

Örümcek, kadim dillerin ve alfabelerin koruyucusudur. Her toplumun, farklı dillerin ve alfabelerin nasıl oluştuğuna dair mitleri olmuştur. Çin alfabesi, ejderha yüzlü ve dört gözlü tanrı Ts'ang Chien'e atfedilir. Onu yıldızların desenlerinden, kaplumbağanın sırtındaki işaretlerden ve kumdaki kuş ayak izlerinden oluşturmuştur. İskandinav tanrısı Odin ise...

Runik alfabe, dokuz gün dokuz gece boyunca büyük hayat ağacında asılı kaldıktan sonra ortaya çıktı. Bu süre sonunda dallar düştü ve bazı formüller ve kelimeler yazdı.

Birçoklarına göre, daha da ilkel bir alfabe vardı. Bu alfabe, örümcek ağlarında bulunan geometrik desenler ve açılardan oluşuyordu.

Birçoklarına göre bu, ilk gerçek alfabe idi. Bu yüzden örümcek, dilin öğretmeni ve yazının büyüsü olarak kabul edilir. Yazılı kelimelerle sihir yaratanların muhtemelen bir örümcek totemi vardır.

Örümcek uzun zamandır ölüm ve yeniden doğuşla ilişkilendirilmiştir. Bunun bir kısmı, bazı dişi örümceklerin çiftleşmeden sonra erkeği öldürüp yemesinden kaynaklanıyor olabilir. Bu durum, böcek dünyasında da sıkça görülür; peygamberdevesi de bunun bir başka örneğidir. Sürekli yeni ağlar örüp geliştirdiği için, ayın evreleriyle de bağlantılı olarak bir ay sembolü olmuştur. Bu totem sembolüne sahip olanlar için bu desen, hayatın her alanında denge ve kutupluluğu korumanın bir hatırlatıcısıdır. Örümcek, kutupluluk ve denge yoluyla yaratıcılığın teşvik edildiğini öğretir.

Kitaplar, filmler ve televizyon, genel halkta örümcek korkusunu körükleme eğiliminde olmuştur. Çoğu örümcek zehirlidir. Avlarını bu şekilde öldürürler veya sersemletirler. Böcek popülasyonlarını kontrol etmede hayati bir işlev görürler. Kara dul örümceği muhtemelen hak etmediği halde en kötü şöhrete sahip olmuştur. Amerika Birleşik Devletleri'nin her yerinde bulunur. Simsiyah renktedir, ancak karnında kırmızı kum saati şeklinde bir işaret vardır. Zehirli bir örümcektir, ancak birçok kişinin sandığı gibi insanlar için ölümcül değildir. Aslında çok ürkek bir örümcektir ve genellikle insanlardan daha çok korkar.

Tarantulalar, insanların aşina olduğu bir diğer yaygın büyük örümcek türüdür. Güney İtalya'ya özgü bir halk dansı olan tarantela, adını tarantuladan almıştır. İnsanlarda ısırığının kasılma hareketlerine neden olduğuna dair yanlış bir inanış vardı. Dairesel bir yöne doğru ilerleyen ve hızlı ayak hareketleriyle yapılan dans, adını tarantuladan almıştır.

Tarantula, en büyük örümceklerden biridir ve tüylüdür. Ağzı vücudunun altındadır. Isırığı, çoğu örümcek gibi zehirlidir, ancak ortalama bir insanı arı sokmasından daha fazla etkilemez. Tarantulalar iplik örerler, ancak ağ örmezler. Kumda bir yuva veya delik kazarlar ve dibine saklanırlar. Açıklığın etrafında bir şeyin yürüdüğünü hissettikleri anda, yukarı sıçrarlar, onu yakalarlar ve içeri çekerler. Yiyeceklerini bu şekilde yakalarlar.

Çoğu örümcek aslında çok, çok hassastır. Eğer elinizde bir tarantula tutuyorsanız ve düşürseniz, kırılır ve ölür. Örümcekler, hassasiyet ve gücün birleşimidir ve başarılı bir şekilde hayatta kalmak için ikisini birleştirmeyi öğrenmişlerdir. Bu, bu toteme sahip olanlar için önemli bir derstir.

Örümcekler ne kadar narin olsalar da aynı zamanda çok çeviktirler. Dengelerini koruyabilir ve ince ipek iplikler üzerinde kolaylıkla yürüyebilirler. Yaşam iplikleri üzerinde yürümek ve dengeyi korumak, çağlar boyunca gizemlerden biri olmuştur. Mitoloji ve efsaneler, yaşam ve ölüm, uyanıklık ve uyku, fiziksel ve ruhsal arasındaki iplikler üzerinde yürümeyi öğrenmiş bireylerden sık sık bahseder. Örümcek tıbbının öğretebileceği şeylerden biri de budur, çünkü örümcekler iplikler üzerinde yürüme konusunda uzmandırlar.

Çoğu insan büyük örümceklerle çok az veya hiç temas kurmaz, ancak ev ve çevresinde sıklıkla çok çeşitli örümcekler görürler. Bunların birçoğu, daha zararlı böcekleri öldürerek hayati işlevler görür. Hareketlerinin çoğu karanlıkta gerçekleşir ve erişilemeyen alanlara girerler. Bu, yaratıcı enerjileri nasıl ifade edeceğiniz konusunda çok şey yansıtır. Görünüşte erişilemez köşelerde kullanmaktan korkmayın.

Yaratıcı ipliklerinizi karanlıkta örün, güneş vurduğunda ise incelikli bir güzellikle parıldayacaklar.

Eğer hayatınıza örümcek girdiyse, kendinize bazı önemli sorular sorun. Hayallerinizi ve tasavvurlarınızı gerçeğe dönüştürmüyor musunuz? Yaratıcı fırsatlarınızı kullanmıyor musunuz? Bir ağa yakalanmış gibi kapalı veya sıkışmış hissediyor musunuz? Hayattaki dengenize ve nerede yürüdüğünüze dikkat etmeniz gerekiyor mu? Çevrenizdekiler dengesiz mi? Yazmanız gerekiyor mu? Yazmak veya çizmek için ilham aldınız ama bunu gerçekleştirmiyor musunuz? Unutmayın ki örümcek, kadim alfabenin bilgisinin koruyucusudur. Örümcek, yazılı dili güç ve yaratıcılıkla nasıl

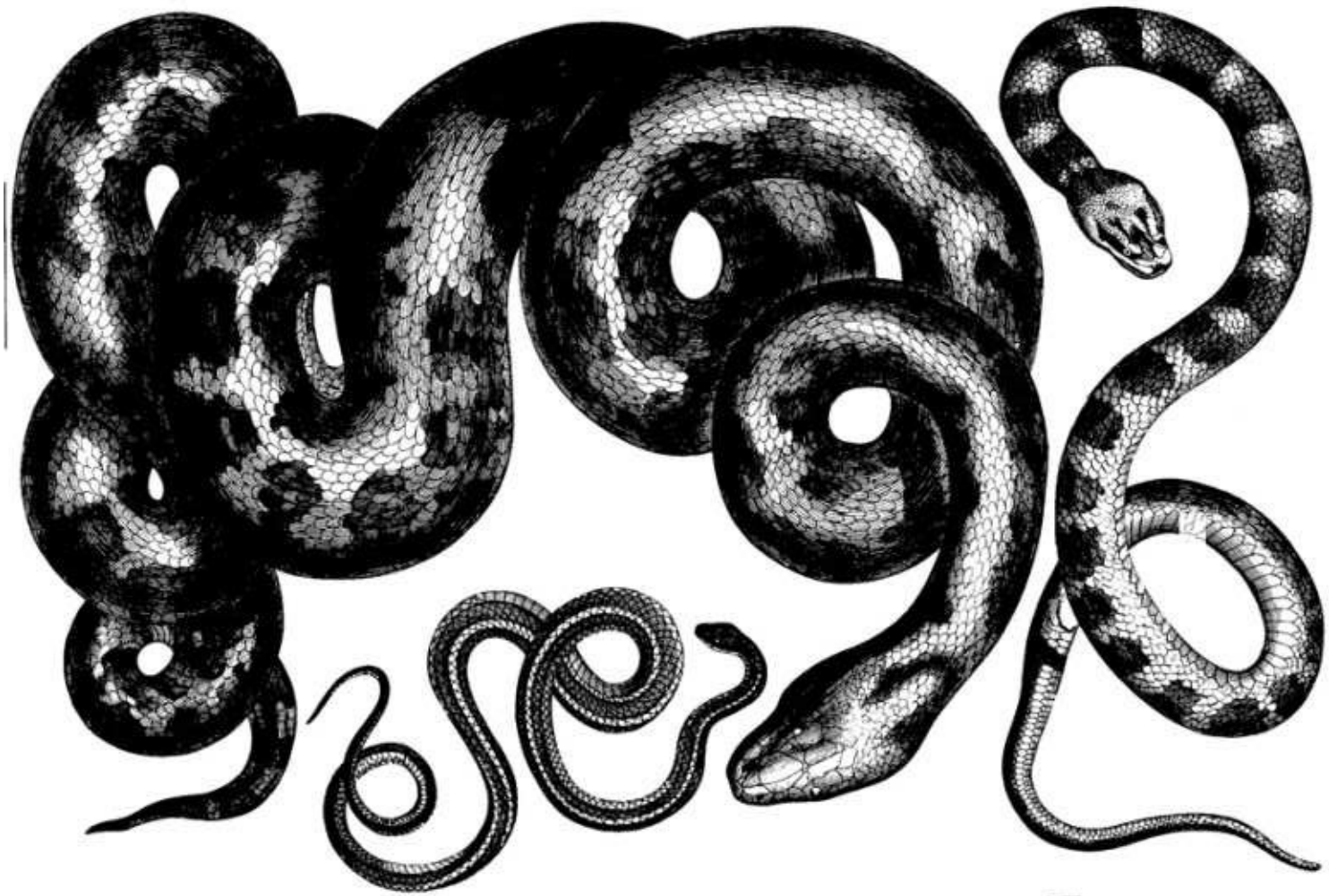
kullanacağınızı öğretebilir, böylece kelimeleriniz onları okuyacak olanların etrafında bir ağ örer.

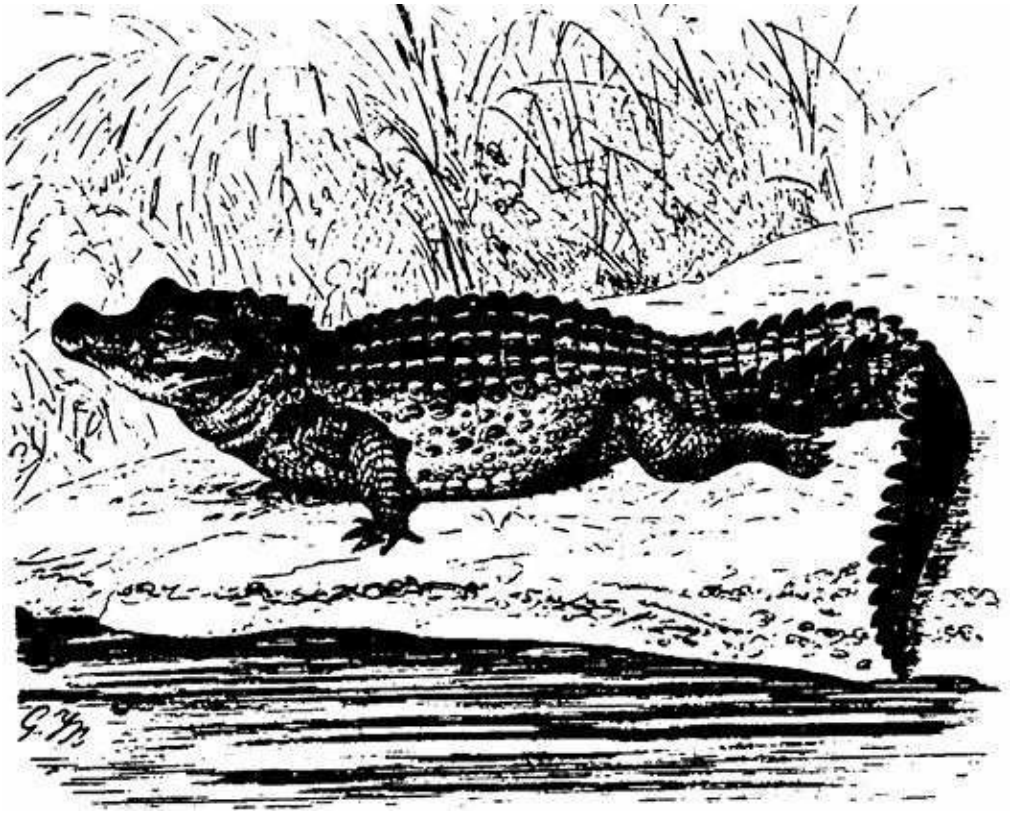
[İçindekiler]

67. Cooper, JC *Sembolizm - Evrensel Dil* (Northamptonshire, Aquarian Press, 1982), s. 71.

68. Farb, s. 12.

69. Stein, Jess. *Random House İngilizce Sözlüğü* (New York: Random House, 1970), s. 873.





ON ALTINCI BÖLÜM

SÜRÜNGEN DÜNYASININ BÜYÜSÜ

Sürüngenler, yaşamın en eski biçimlerinden biridir. Aynı zamanda en uyum sağlayabilen canlılardır ve bu özellikleri milyonlarca yıllık evrim sürecinde hayatta kalmalarını sağlamıştır. Dünyanın dört bir yanında, aşırı soğuk ortamlar hariç, her ortamda yaşayan 6000'den fazla sürüngen türü bulunmaktadır. Dinozorlar zamanından beri dört ana grup hayatta kalmıştır:

- *Yılanlar ve kertenkeleler,*
- *Timsahlar ve aligatörler,*
- *Kaplumbağalar ve deniz kaplumbağaları*
- *Yeni Zelanda'da bulunan tuatara.*

Bu gruplardan kaplumbağalar ve timsahlar, dinozorların büyük yok oluşundan sağ kurtuldular. O zamandan beri nispeten değişmeden kaldılar. Bu nedenle, dünyanın her yerinden efsaneler ve öykülerle doludurlar. Sürüngenlerin, onları diğer hayvan türlerinden ayıran temel özellikleri vardır. Sürüngenler her şeyden önce soğukkanlıdır. Vücut ısıları, çevrelerindeki hava ve ortamın sıcaklığına göre değişir. Memeliler sabit bir vücut sıcaklığını korumak için içsel bir termostata sahipken, sürüngenler hayatta kalmalarına yardımcı olacak bir ortam aramak zorundadır. Bu nedenle yılanlar ve kertenkeleler genellikle güneşlenirken görülür. Hayatta kalmalarına yardımcı olmak için bu sıcaklığa ihtiyaç duyarlar. İç sıcaklıklarını yükseltmek ve düşürmek için dış bir kaynak kullanmak zorundadırlar.

Sürüngen totemine sahip olanlar için bu çok semboliktir. Maruz kaldıkları ortamlara karşı büyük bir hassasiyete işaret eder. Belirgin sürüngen totemine sahip bireylerin, çevrelerine göre dramatik ruh hali değişimleri yaşamaları alışılmadık bir durum değildir.

Bu kişiler genellikle bulundukları ortamın havasını ve enerjisini yansıtırlar. Eğer çılgınca eğlenen bir gruptaysalar, kolayca onlara ayak uydurabilirler. Eğer ders çalışmaya odaklı bir gruptaysalar, onlar da öyle olurlar. Neşeli ve sevgi dolu bir gruptaysalar, benzer özellikler sergilerler.

Sürüngen totemine sahip çocukların ebeveynleri, çocuklarının doğru arkadaş çevresine sahip olmalarını ve faydalı aktivitelere katılmalarını sağlamaya özen göstermelidir. Akran baskısıyla olumlu bir şekilde başa çıkmayı öğrenmek, sürüngen totemine sahip herkes için öğrenilecek derslerden biri olacaktır. Sürüngenler bize kendimizi neye maruz bıraktığımız konusunda seçici olmayı öğretir. İnsan aurasını ve diğer enerji alanlarıyla etkileşimini kontrol etmeyi ve onunla çalışmayı öğrenmek, bu toteme sahip olanlar için faydalı olacaktır.

Bu durum, sürüngenlerin sert pullarla kaplı bir deriye sahip olmasıyla daha da vurgulanmaktadır. Bu, sürüngenleri diğer hayvanlardan ayıran ikinci bir özelliktir. Bu sert pullar koruyucudur ve bazı sürüngenlerde hareket kolaylığını sağlar. Sürüngen totemleri olanlar için bu, sert tarafınızı dışa vurmanız gerektiğinin bir hatırlatıcısı olabilir. Bu, birçok insan için zor bir ders olabilir. Genellikle herkese karşı açık ve arkadaş canlısı olmaya yetiştiriliriz. Ne yazık ki, bundan faydalanan insanlar da vardır.

Bazı sürüngen meraklıları, sert bir yan göstermeyi reddederler. Bu kişiler pullu deriye yakından bakarlarsa, genellikle pürüzsüz ve hatta bazı durumlarda yılanlarda olduğu gibi parlak görünür. Bu kişilere, sürüngenlerde hem güç hem de şefkat olabileceğini hatırlatmaya çalışıyorum.

Dengeyi bulmak zor olabilir ve sürüngen totemine sahip olanlar için hayat dersinin bir parçası olabilir. Sert olmak, kötü adam gibi görünmek anlamına gelmez ve sürüngen totemleri de bunu öğretebilir. Gerektiği kadar güçlü ve koruyucu olabilirsiniz ve yine de sert davrandığınız kişilerin gözünde "parlak" kalabilirsiniz.

Sürüngenler hava solurlar ve çoğunun en az bir tam akciğeri vardır. Çoğu sürüngen yumurta bırakır. Yumurtaların genel sembolizmi bu kitabın kuş bölümünde ele alınmıştı ve çoğu burada da geçerlidir. Ancak sürüngen yumurtaları, neredeyse her zaman derimsi bir kabuğa sahip olmaları bakımından kuş yumurtalarından farklıdır. Birçok sürüngen ayrıca yumurtalarını bırakır, gömer ve terk eder; bu da kısmen kabuklarının bu kadar sert olmasının nedenidir.

Sadece birkaç sürüngen türü yumurtalara ve yavrulara bakar; timsah bunun en güçlü örneğidir. Yumurtalar çatladığında, çoğu sürüngen yavrusu kendi başına hayatta kalmak zorundadır.

Sürüngen totemine sahip küçük çocuklar genellikle hayatlarının erken dönemlerinde kendilerine nasıl bakacaklarını öğrenirler. Büyük ölçüde öz yeterlilik ve öz güven geliştirmek zorundadırlar. Sürüngen totemine sahip bazı çocuklar dünyaya güçlü bir azim ve kararlılık duygusuyla gelirler.

Diğerleri bunu kendi başarıları için geliştirmelidir. Sürüngen totemine sahip çoğu insan için, ilk yılların genellikle en zor yıllar olduğu ve en zor derslerin alındığı dönemler olduğu yaygın bir durumdur.

Bazı insanlar yaşlandıkça veya hayatlarında belirli değişiklikler geçirdikçe sürüngen totemleri edinirler. Bu tür değişiklikler çok önemli olabilir.

Dramatik olabilirler; bir tür ölüm/yeniden doğuş süreci olabilirler veya yeni fırsatların nazikçe ortaya çıkışı olabilirler. Bir sürüngen hayatınıza girdiğinde, kendinizi ortaya koyma ve yeni bir düzeyde özgüven geliştirme fırsatları arayın. Öz yeterliliğin ortaya çıkışı başlayacaktır.

Sürüngenlerin beslenme alışkanlıkları çeşitlilik gösterir. Sürüngenler bitkilerden büyük hayvanlara kadar her şeyi yerler. Bu, sürüngenin kendisine bağlıdır. Çizgili yılanlar solucan yerken, kara sıçan yılanları sıçan ve fare yerler. Bazı kertenkeleler sadece bitki ve/veya böceklerle beslenir. Öte yandan, kaplumbağalar omnivordur; hem bitki hem de hayvan yerler. Hayatlarında güçlü bir konumda sürüngen totemine sahip bireyler, bazı diyet kısıtlamalarının işe yaramadığını görebilirler.

Herhangi bir totemde olduğu gibi, en yaygın besin kaynağını veya avını incelemek de bilgi sağlayabilir. Eğer bir hayvan veya böcek ise, onun hakkında bir şeyler öğrenin. Eğer bir bitki ise, onu da inceleyin. Unutmayın, bitkilerin bile ilişkilendirilebilecek belirli özellikleri vardır. En eski kehanet biçimlerinden biri, ağaçların ve çiçeklerin sembolik yorumları yoluyla olmuştur.

Bu kitapta, amfibileri sürüngenler arasına dahil edeceğim, ancak göreceğiniz gibi, aynı değiller. Birçok insan kurbağa, kara kurbağası ve semender gibi canlıların sürüngen ailesinin bir parçası olduğunu varsayar, ancak öyle değiller. Benzer adaptif özelliklere sahip olabilirler, ancak örümceklerin böceklerden farklı olduğu kadar, sürüngenlerden de farklıdırlar. Herpetoloji genellikle hem sürüngenlerin hem de amfibilerin incelenmesini içerir.

Amfibiler çift yaşam sürerler; bu önemli bir noktadır ve amfibi totemine sahip herkes tarafından üzerinde düşünülmesi gereken bir konudur. Amfibi kelimesi iki kelimeden oluşur: "amphi" = "çift" ve "bios" = "yaşam". Amfibiler yaşamlarını kara ve su arasında bölüştürürler ve genellikle yaşamlarının ikinci yarısı en azından kısmen karada geçer.

Sembolik açıdan bakıldığında, bu durum, amfibilerin gücü hakkında efsanelerde her zaman öğretilenleri büyük ölçüde yansıtabilir. Genellikle rüyaların koruyucusu (su elementi) olarak kabul edilirler. Hem suda hem de karada yaşayabilme yetenekleri, berrak rüyaların uyarılacağını yansıtabilir. Birçok amfibinin astral seyahat bilgisinin koruyucusu olduğuna inanılır. Daha psikolojik bir düzeyde ise, duygusal enerjileri (su) yapıcı bir şekilde (kara) kullanmayı öğrenme ihtiyacını da yansıtabilirler.

En yaygın bilinen amfibiler kurbağalar, kara kurbağaları ve semenderlerdir. Çoğu insan semenderlerin amfibilerden ziyade kertenkeleler ve sürüngenlerle daha yakın akraba olduğunu düşünür, ancak bu doğru değildir. Görünüşüne rağmen, gerçek bir semender kurbağaya daha yakındır. Nemli alanlarda kalması gerekir ve kertenkelelerde bulunmayan kaygan bir kürke sahiptir. Bir semender, normal bir kertenkele gibi sıcak ve güneş altında asla hayatta kalamaz.

Peki, bir amfibiyi bir sürüngenden nasıl ayırt ederiz? Amfibi, omurgalı bir hayvandır ancak tüy, kürk veya pulları yoktur. Genellikle bir aşamada ayak

parmakları olur ancak pençeleri yoktur. Amfibiler, sürüngenler gibi soğukkanlıdır ve ısı kaynağı için çevreye ihtiyaç duyarlar.

Vücut sıcaklıkları çevreleriyle birlikte dalgalanır. Amfibi totemleri olanlar da çevreye karşı aynı derecede hassas olduklarını fark edeceklerdir.

Bazı sürüngenler gibi amfibiler de eski derilerine sığmadıklarında yeni derilerini dökerler. Ancak amfibiler bu deriyi genellikle yerler. Bu deri dökme olayı, dönüşüm, diriliş ve yeniden doğuşun sembolüdür. Bunu temsil eden herhangi bir totem, genellikle kendi yaşamınızda da aynı türden bir yeniden doğuş enerjisinin tezahür edeceğine işaret eder.

Amfibiler su içmezler. Su, doğrudan deri yoluyla emilir. Hayatlarında amfibi enerjisi güçlü olan bireylerin suyun yakınında olmaları gerekir. Banyo küvetinde veya duşta uzun süre vakit geçirmeleri alışılmadık bir durum değildir. Doğal su kaynaklarının yakınında olmak, genel sağlıkları ve refahları için çok önemlidir.

Amfibiler genellikle bir tür başkalaşım geçirirler. Bu durum en çok kurbağalarda ve yumurtadan iribaşa (poliwog) ve ardından kurbağaya dönüşümde belirgindir. Amfibi totemlerine sahip çoğu insan, hayatlarında büyük geçişlerin meydana geldiği veya tetiklendiği belirli dönemleri belirleyebilir. Bunlar çok tanımlanabilir aşamalardır. Eğer hayatınızda amfibi totemleri ortaya çıkarsa, kendinize şu anda hangi gelişim veya başkalaşım aşamasında olduğunuzu sormanız gerekebilir.

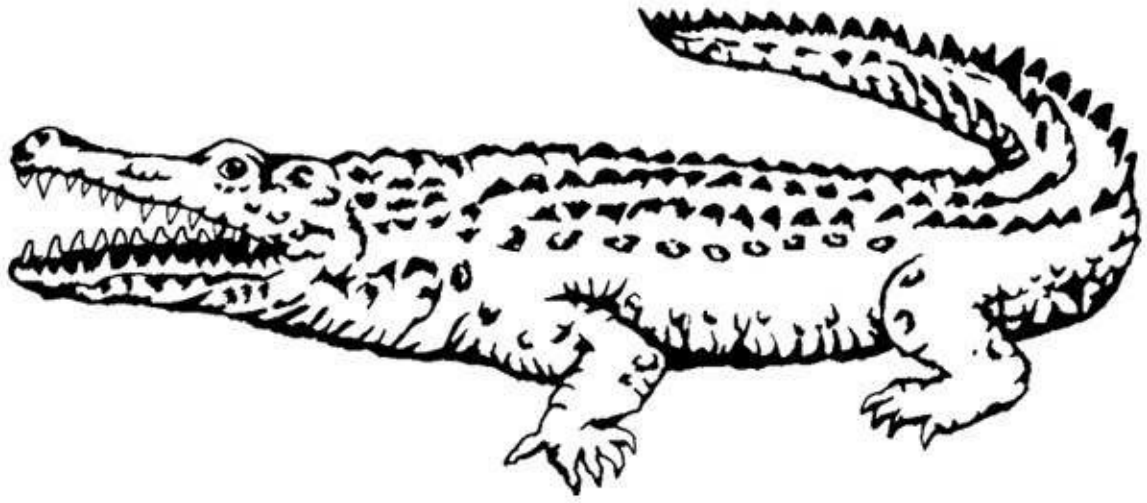
Sürüngenler gibi amfibiler de yumurta bırakır. Kurbağalar ve kara kurbağaları yumurtaları vücut dışında döllerken, semenderlerde iç döllenme gerçekleşir.

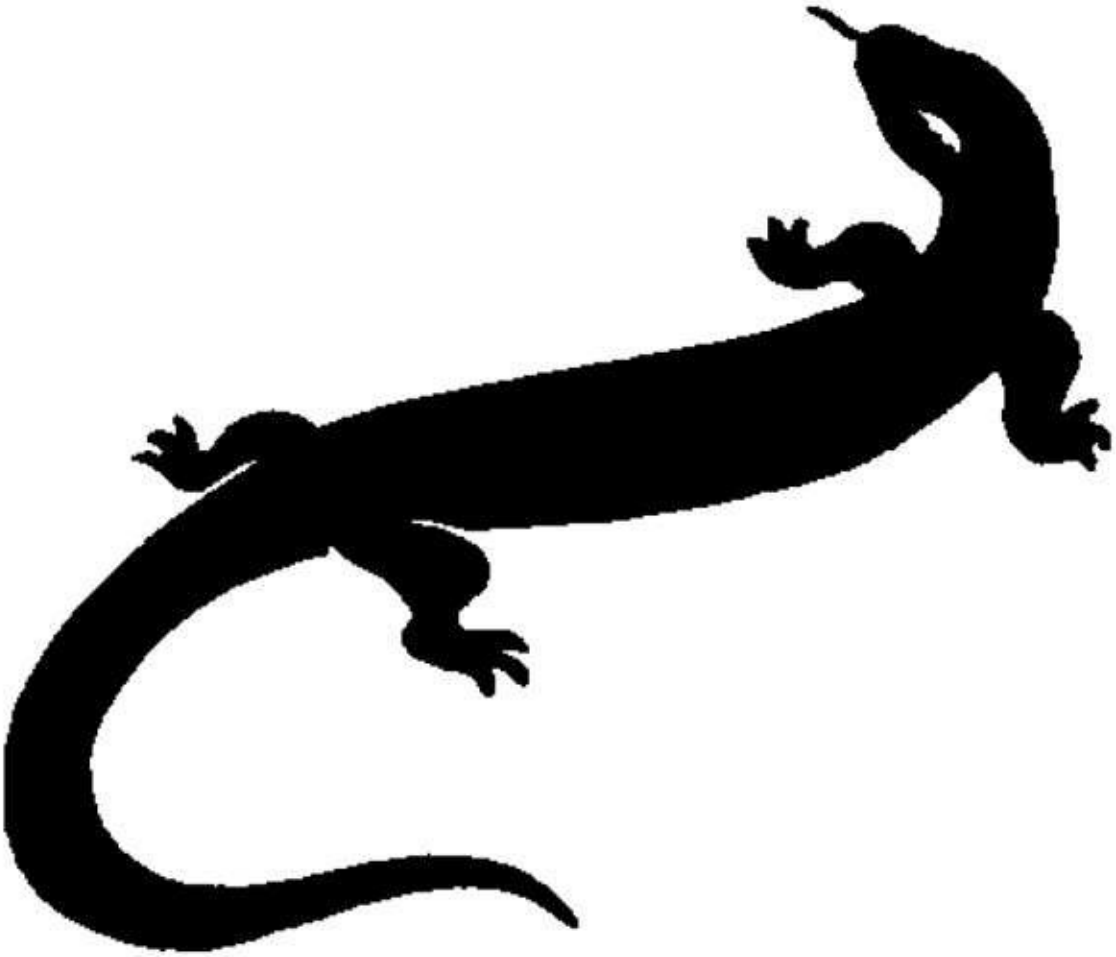
Çoğu amfibide üreme hazırlığı, ilkbahardaki gerçek üreme sürecinden önceki sonbaharda başlar. Bu nedenle, yılın bu iki dönemi, amfibi totemine

sahip bireyler için en güçlü dönemler olabilir. Yeni fikirler, projeler ve benzeri şeyleri başlatmak için en uygun zamanlar bunlar olabilir.

Amfibi toteminizin yediği yiyecekleri incelemek de size fikir verecektir. Birçok amfibi, özellikle yetişkinlik döneminde, böcek yer. Herhangi bir totemde olduğu gibi, onun benzersiz özelliklerini ve davranış kalıplarını inceleyin. Bu, kendi yaşamınızda tezahür etmek üzere olan veya zaten tezahür eden enerji kalıplarının çoğuna dair ipuçları verecektir. Çift yaşamıyla amfibi, uyurken ve uyanıkken size yardımcı olacaktır.

[İçindekiler]





ON YEDİNCİ BÖLÜM

SÜRÜNGEN TOTEMLERİ SÖZLÜĞÜ

Aşağıdaki sözlük kesinlikle kapsamlı veya eksiksiz değildir. Hepsine tam bir açıklama getirmek için çok fazla çeşit vardır. Bunların hakkını tam olarak vermek için muhtemelen birkaç cilt kitap gerekirdi. Verilenler çok yaygın olan ve hala birçok efsane ve geleneğin yaşadığı türlerdir. Liste ayrıca sürüngen olmayan amfibileri de içermektedir.

Tüm hayvanlarda olduğu gibi, bu bölümdeki hayvanlar hakkında da dünyanın farklı bölgelerinden gelen birer efsane vardır. Eğer sürüngen veya

amfibi totemine sahipseniz, bu durum o bölgelerle olası geçmiş yaşam bağlantılarınızı yansıtabilir. Hayvanların mit ve efsanelerini incelemek, insanların onları çağlar boyunca nasıl algıladığını anlamanıza da yardımcı olacaktır.

Genel olarak sürüngenler ve amfibiler hakkında bilgi edinin. Çoğunun ortak özellikleri vardır; bunlardan sadece bazılarını önceki bölümde belirtmiştim. Ardından her birini ayrı ayrı inceleyin. Her birinin kendine özgü özellikleri de olacaktır. Sonra bunu hayatınıza uygulamaya çalışın. Bu totemle ilk karşılaştığınızda ne yapıyordunuz veya ne düşünüyordunuz? Sık sık mı ortaya çıkıyor yoksa bu yeni bir şey mi? Son 72 saat içinde hayatınızda neler oldu da özünü ve enerjisini hayatınıza davet etmiş olabilir? Böceklerde olduğu gibi, bu totemler için de bir Güç Döngüsü eklemedim. Çoğu sürüngen ve amfibinin kendi büyüme modellerine ve hızlarına bağlı olarak kendine özgü programları ve ritimleri vardır. Bunu kendiniz için belirlemek, onları onurlandırmanın ve onlarla daha etkili bir şekilde uyum sağlamanın bir yolu olacaktır.

**Timsahlar ve timsah benzeri canlılar**

AÇILIŞ KONUŞMASI: Doğumun, Anneliğin ve Başlangıcın Temel Enerjileri

Timsahlar ve aligatörler, çağlar boyunca karmaşık sembolizm ve imgelere sahip olmuştur. Antik Mısırlılar için öfke ve vahşetle ilişkilendirilmişlerdir; bu özellikler, mitolojilerde genellikle dünyanın dizginsiz dişil/yaratıcı güçlerine atfedilen özelliklerle aynıdır. Acımasızlık ve yıkıcı güç, genellikle yavrularını yutan bir anne olarak sembolize edilmiştir. Bunun içinde, yaşam olmadan ölümün veya ölüm olmadan yaşamın olamayacağı fikri yatmaktadır.

Tüm timsahlar ve aligatörler hem suda hem de karada yaşar. Su her zaman Büyük Ana ile, yaşamın ve dolayısıyla doğumun dişil ilkesiyle

ilişkilendirilmiştir. Ancak su sizi de yutabilir. Yaratılış ve yıkım ve daha fazla yaratım. Bu, bu sürüngenlerin içinde yansıyan temel özdür.

Her biçimdeki doğum ve ölüm, bir dönemin sonunu ve yeni bir dönemin başlangıcını işaret eden olaylardır. Bu, bir düzeyde bilginin doruk noktasına ulaşmasını ve diğer düzeylerde yeni bilgi arayışını gösterir. Bütün bunlar, timsahların ve aligatörlerin özünde yansıtılmaktadır.

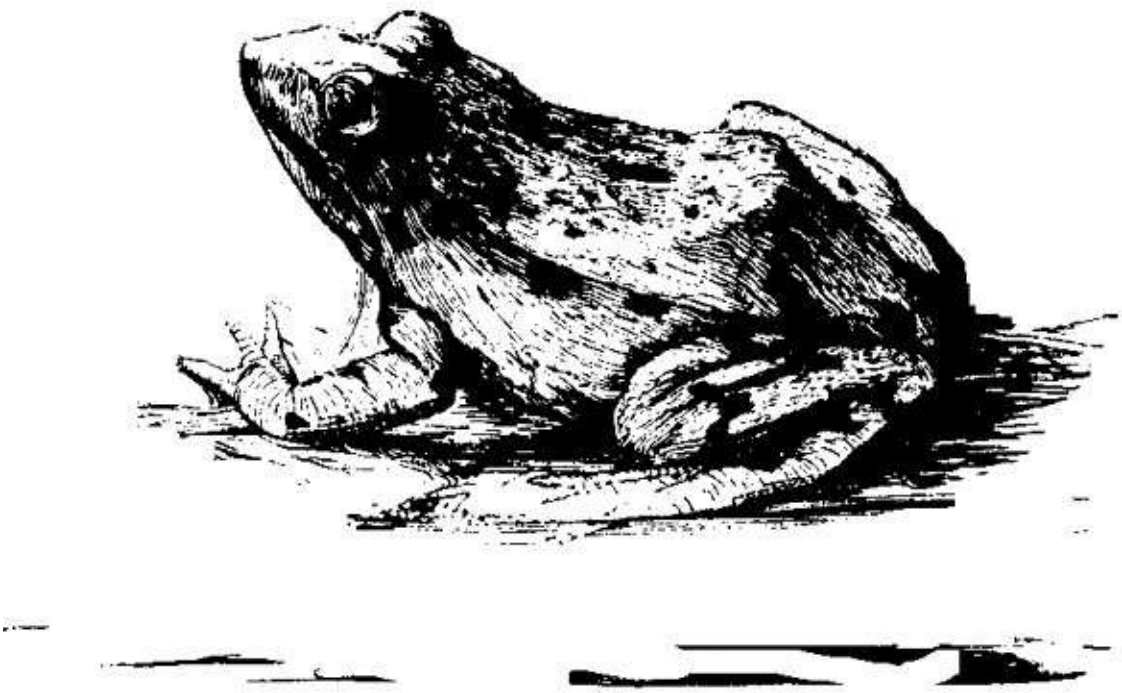
Onlar, karayı sudan, doğumu ölümden ayıran suları ve kıyı şeritlerini devriye gezerler. Bu anlamda, tüm bilginin koruyucuları ve bekçileri olarak görülebilirler. Tüm bilginin dinlendiği ve doğmayı beklediği ilk annelerdir.

Bu durum, timsahların ve aligatörlerin sürüngenler arasında alışılmadık bir şekilde mükemmel anneler olduklarını fark ettiğimizde daha da önem kazanıyor. Her ikisi de 20 ila 60 arasında yumurta bırakır ve yavrular yumurtaların içinde yeterince gelişip içeriden cıvıldamaya başladığında, anne onlara cevap verir ve yumurtadan çıkmalarına yardımcı olur. Daha sonra onları nazikçe ağzında suya taşır.

Bu sürüngenlere atfedilen anaç enerjilerin yanı sıra, mitolojide başka şekillerde de tasvir edilmişlerdir. Hindu geleneğinde, suların tanrısı Varuna, bir timsahın sırtına biner. Ayrıca Mısır'da, çamurla olan ilişkisi nedeniyle, genellikle doğurganlık ve güç sembolü olarak kullanılmıştır; çamur, yeni yaşamın büyümesini sağlayan su ve toprak karışımıdır.

Ortaçağ Avrupası'nda ve daha öncesinde, görünüşleri (uzun gövde ve kuyruk) nedeniyle, timsah ve aligatör ejderha ile ilişkilendirilmiştir. Bazen ejderhanın olumsuz karşılığı, bazen de daha olumlu karşılığı olmuştur. Ejderha genellikle hazinelerin koruyucusu, sıklıkla da gizli bilgeliğin sembolü olmuştur. Timsahlar ve aligatörler de onları korurken suyun içinde saklandıkları için, onlara da efsanevi ejderhalarla aynı rol verilmiştir:

gizemli hazinelerin ve bilgeliğin koruyucuları. Bir aligatörle karşılaşmak veya



Timsah, yeni bir bilgeliğin ortaya çıkmaya ve gelişmeye başlaması için bir fırsatı işaret ediyordu; dikkatli kullanılmazsa sizi yutabilecek bir bilgelik.

Yakın akraba olsalar da farklı hayvanlardır. Başlıca farklardan biri, timsahın alt çenesinden yukarı doğru çıkan bir dişi olması, aligatörün ise olmamasıdır. Aligatörler çamur ve yapraklardan yuva yaparken, timsah kumda bir çukur kazar.

Timsahlar ve aligatörlerin gözleri başlarının üst kısmında bulunur. Bu, elbette pratik bir amaca hizmet eder; su altında nispeten gizli kalmalarını sağlarken aynı zamanda avlarını aramalarına da olanak tanır. Daha sembolik bir düzeyde ise, daha yüksek bir görüş ve durugörü yeteneğine işaret eder.

Genellikle sessiz yaratıklar olarak kabul edilseler de, ses çıkarırlar. Tehdit edildiklerinde yüksek sesle tıslarlar. Çiftleşme mevsiminde ise kükredikleri bilinmektedir.

Timsahlar, diğer su hayvanlarının korunmasında harika bir işlev görürler. "Timsah çukurları" adı verilen küçük tatlı su birikintileri kazarlar. Çamurdaki bu çukurlar, bölgedeki son kalan suyla yavaş yavaş dolar ve hem kendisinin hem de diğer hayvanların hayatta kalmasını sağlayacak minyatür bir vaha oluşturur.

Aligatörün büyüme hızı, krokodilden çok daha hızlıdır. Ortalama bir yetişkin yaklaşık 3,6 metreye kadar büyüyebilir. Nihai uzunluğuna ulaşana kadar yılda 30 cm kadar uzayabilir. Daha soğuk iklimlerde büyüme hızı daha düşüktür. Aligatörler nadiren 60 yaşını geçer. Bu toteme sahip olanlar için, krokodil totemine sahip olanlara göre daha hızlı bir şekilde yeni bilgi ve bilgelik edinme ve kullanma fırsatları ortaya çıkar, ancak dengeli olmazsa daha tehlikeli de olabilir. Aligatör yiyeceklerini çok yavaş sindirir, bu da çok hızlı ilerlememe ihtiyacını yansıtır. Yeniye geçmeden önce deneyimlediklerinizi ve öğrendiklerinizi sindirin.

Timsahın da kendine özgü özellikleri vardır. En çok "timsah gözyaşları" dökmesiyle ünlüdür; bu ifade sahte sempati ve üzüntüyü ima eder. Timsah gözyaşı döker, ancak bu acı veya kederden kaynaklanmaz. Gözlerindeki tuzu temizlemek için yapar. Timsah totemine sahip olanlar için göz bakımı önemlidir. Eğer timsah totem olarak ortaya çıktıysa, kendinize bazı sorular sorun. Gerektiğinde duygularınızı göstermeyi reddediyor musunuz? Gerçek olmayan duygular mı gösteriyorsunuz? Duygularınızın sizi kör etmesine izin vermeyin.

Timsah da ekstra serinlemek için ağzını açık tutar. Yoga, vücuttaki farklı sistemleri ve enerji akışını etkilemek için farklı nefes teknikleri öğretir. "Serinletici nefesler" vardır. Bunları incelemek ve uygulamak, özellikle

çevrenizdeki duygusal durumlar gerginleşmeye başladığında, bu totemine sahip herkes için faydalı olacaktır.

Eğer bir timsah veya aligatör ortaya çıktıysa, çok ilkel enerjilere dokunma fırsatı arayın. Hayatınızın bir alanında yeni bilgi ve bilgelik açacak güçlü bir doğum ve/veya inisiyasyon fırsatı olacak.

**BUKALEMUN**

ANA KONUŞMA: Durugörü ve Aurik Duyarlılık

Amerika Birleşik Devletleri'nde bukalemun dediğimiz şey genellikle gerçek bir bukalemun değildir. Çocukluğumda sirkte satıldıklarını hatırlıyorum. Amerika Birleşik Devletleri'nde çoğu insanın bukalemun diye adlandırdığı şey aslında bir anol kertenkelesidir.

Bukalemunun aslında hayvanın başının arkasında bulunan ve vücuduyla mükemmel bir şekilde bütünleşen üçüncü bir gözü vardır. Diğer iki göz gibi görme yeteneğine sahip değildir, ancak ışığı ve karanlığı ayırt edebilme yeteneğine sahiptir. Bu toteme sahip olanlar için, kendi psişik yetenekleri ve sezgileri konusunda yeni bir farkındalık uyanır. Bu yeteneklerin ne zaman çalıştığını ve ne zaman çalışmadığını daha iyi anlayabilirler.

Bir bukalemun aslında çevresiyle tamamen bütünleşmez. Zaten normal yaşam alanının doğal rengindedir. Sıcaklık, nem ve hatta duygulara göre rengi kademeli olarak değişir. Sinirlendiğinde veya kızgın olduğunda kahverengi olur. Mutlu ve/veya memnun olduğunda ise daha açık yeşil bir renge dönüşür. Bu, çevreye karşı duyarlılığını yansıtır.

Bu toteme sahip olanlar, çevreye ve diğer insanlara karşı duyarlılıklarının arttığını göreceklerdir. Aurik alanlarımız kısmen elektromanyetik titreşimlerin birleşimidir. Sürekli olarak (elektrik) enerjisi yayıyor ve (manyetik) enerjisi emiyoruz ve çoğu zaman bunun farkında değiliz. Başka

bir insanla her temas kurduğumuzda, bir enerji alışverişi olur. Biz onlara biraz enerji veririz, onlar da bize biraz enerji verir.

Bu toteme sahip olanlar, bu alışverişi geçmişe kıyasla çok daha belirgin bir şekilde fark etmeye ve tanımaya başlayacaklardır. Hissettiklerinize ve algıladıklarınıza güvenin. Değişimler ve benzeri şeyler kendi sağlığınız ve esenliğiniz için önemli olacaktır. Aurayı okumayı ve yorumlamayı öğrenmek faydalı olacaktır.

**KURBAĞALAR**

AÇILIŞ KONUŞMASI: Su ve Ses Aracılığıyla Dönüşüm

Kurbağa, en tanınabilir amfibi türümüzdür. Sıklıkla kara kurbağalarıyla karıştırılsa da, aralarında belirgin bir fark vardır. Kurbağalar suyla ilişkilendirilirken, kara kurbağaları her zaman kuru topraklarda bulunur. Kurbağaların yüzeyi pürüzsüzdür, kara kurbağalarının ise pürüzlü bir deri yüzeyi vardır. Kara kurbağalarının ayrıca başlarının yan tarafında zehirli kalın bir mukus üreten bezler (paratoid) bulunur. Kurbağalarda bu bezler yoktur.

Kurbağaların kadim bir mitolojisi vardır. Su ve kara ile bağlantılı amfibiler oldukları için, genellikle her iki elementin büyüsüyle ilişkilendirilirler. Bu aynı zamanda onları periler ve elflerin efsaneleriyle de ilişkilendirir. Birçok şamanik toplum -özellikle Kuzey ve Güney Amerika'dakiler- kurbağayı yağmur ve hava kontrolüyle ilişkilendirir. Sesinin yağmurları çağırdığı söylenir.

Suyla olan bağlantısı nedeniyle, ay enerjileriyle (ay, gezegendeki suların gelgitlerini hareket ettirir) ve ay ile ilişkilendirilen tanrıçalarla da bağlantılıdır. Kurbağa, Mısır tanrıçası Herit'e adanmış bir hayvandı; Herit, İsis'in Osiris'i diriltme ritüelinde ona yardımcı olmuştu.

Kurbağaların, özellikle poliwog evresinde erkek kurbağaya benzedikleri için, bolluk ve doğurganlığın habercisi oldukları bilinmektedir.

Bunun nedeni, yağmurdan sonra daha fazla kurbağanın kuru toprağa çıkıp yağmurla ıslanmış topraktan çıkan böcekler ve solucanlarla beslenmesidir. Ayrıca doğurganlıkla da ilişkilidir, çünkü yağmur şeylerin büyümesini sağlar.

Kurbağalar yetişkin olduklarında bile yarı sucul kalırlar. Nemli alanlarda yaşarlar. Suya ve onunla sembolik veya başka türlü ilişkilendirilen her şeye ihtiyaç duyarlar. Eğer hayatınıza bir kurbağa girdiyse, su elementiyle bağlantı kurmanız gerekebilir. Bu, yeni yağmurların yaklaştığını veya yeni yağmurları çağırmanız gerektiğini yansıtabilir. Belki de eski sular kirlenmiş ve durgunlaşmıştır. Kurbağa size onları nasıl temizleyeceğinizi öğretebilir.

Duygular genellikle suyla ilişkilendirilir. Kurbağa totemine sahip kişiler başkalarının duygusal durumlarına karşı çok hassastır ve içgüdüsel olarak nasıl davranacaklarını ve ne söyleyeceklerini bilirler. Samimi bir şekilde nasıl sempati duyacaklarını bilirler. Kurbağa, hava durumunu ve onu nasıl kontrol edeceğini bilir. Kurbağa tıbbı, her amaç için yağmur getirebilir: temizlemek, iyileştirmek, şeylerin büyümesine yardımcı olmak, sel getirmek, hareketlendirmek. Enerjileri, hemen hemen her amaç için hafif yağmurlar veya sağanak yağışlar getirmek için kullanılabilir.

Kurbağanın sesi, suların sesidir. İlkbahar ve yaz ayları, kurbağanın sesinin en güçlü olduğu zamanlardır. Bunlar onun güç zamanlarıdır. Sesi çeşitli işlevlere hizmet eder. Eşlerini kendine çeker. Ayrıca, çiftleşmeye hazır olmayan dişiler için bir serbest bırakma sesi görevi görür. Bölgesini belirler ve yırtıcı hayvanlara karşı uyarır.

Kurbağa, başkalaşımın totemidir. Kişinin kendi yaratıcı gücüne ulaşmasının sembolüdür. Yumurtadan, poliwog'a, oradan da kurbağaya dönüşür.

Kurbağa olduktan sonra bile suya yakın yaşar ve zamanının çoğunu suda geçirir. Her zaman geldiği yaratıcı güçle temas halindedir. Genellikle kurbağa burcunda doğanların kendi anneleriyle güçlü bağları vardır.

Suyla olan bu bağlantı, bu toteme sahip olanlar için de bir hatırlatma niteliğinde olmalıdır. Çok mu sıradanlaştınız? Günlük hayatınızın çamuruna mı saplandınız? Biraz taze, yaratıcı suya dalmaya mı ihtiyacınız var? Çevrenizdekiler de öyle mi? Suya batmış, tıkanmış veya duygularınızın içinde boğuluyor gibi mi hissediyorsunuz?

Kurbağalar sese karşı son derece duyarlıdır. Her kulak kanalının üzerinde yuvarlak bir zar, yani timpanik organ bulunur; bu da onların belirli sesleri ve konumlarını tanımalarını ve bunlara tepki vermelerini sağlar. Bilim, suyun en iyi ses iletkenlerinden biri olduğunu uzun zamandır biliyor. Bu ses duyarlılığının kurbağa insanları tarafından da geliştirilmesi gerekir. Müzik zevkleri muhtemelen ana akıma uymayacaktır, ancak seslerini duyguları harekete geçirmek, yağmurları çağırmak veya kendi yaşamlarının iklim koşullarını değiştirmek için kullanmayı öğrenebilirler.

**KERTENKELELER**

AÇILIŞ KONUŞMASI: Algının İnceliği

Kertenkele, son derece incelikli bir hayvandır. Hareketleri hızlıdır. Dört bacağı vardır ve çok hızlı koşabilir. Bazı kertenkeleler evde yaşayabilir ve böcek popülasyonlarını kontrol etmeye yardımcı olurlar. Geko kertenkelesi, sesi olan az sayıdaki sürüngenden biridir ve onu totem olarak benimseyen herkes bunun üzerinde düşünmelidir. Endonezya'nın Komodo ejderi bir monitör kertenkelesidir ve tüm kertenkelelerin en büyüğüdür. Mümkünse, kertenkelenin türünü belirlemeye ve onu bireysel olarak incelemeye çalışın.

Çoğu kertenkelenin uzun kuyrukları vardır; bu kuyruklar dengelerini korumalarına yardımcı olur ve daha sonra öğreneceğiniz gibi bir savunma mekanizması olarak da işlev görebilir.

Çoğunun sırtında ibik, yakası veya dikenleri vardır. Bunlar koruma görevi görür, ancak aynı zamanda çok semboliktirler. Bazılarının boyunlarında da yaka bulunur. Boyun, yüksek ve alçak dünyalar arasında köprü görevi gören bir bölgedir ve boyunlu kertenkeleler, bilinçaltını bilinçle, rüyayı uyanıklıkla birleştirmeyi öğretebilirler. Berrak rüyaları tetikleyebilirler.

Omurga boyunca çıkıntılar ve tepeler bulunan kişiler genellikle çakraların hassasiyetlerinin arttığını veya artmak üzere olduğunu yansıtır. Çok mu hassassınız yoksa yeterince hassas değil misiniz? Çok mu seçicisiniz yoksa bariz olanı mı kaçırıyorsunuz? Ayrıca kundalini veya yaşam enerjisinin aktif ve güçlü bir şekilde aktığını da yansıtabilir; bu da tüm hassasiyetleri (fiziksel, duygusal, zihinsel, psişik ve ruhsal) artıracaktır.

Bir kertenkele, en ince böcek hareketlerini bile tanıma yeteneğine sahiptir ve avını yanıltmak veya kendini korumak için hareketsiz veya nispeten hareketsiz kalabilir. Bu, sezgilerinizin ve psişik algılarınızın ya zaten aktif olduğunu ya da daha güçlü bir şekilde aktifleşmek üzere olduğunu gösterir. Dikkatli olun.

Kertenkeleleri diğer sürüngenlerden ayıran birçok özellik vardır. Onların da kuru bir derisi vardır ve çoğu gibi pençeleri de bulunur. Ayrıca yerdeki titreşimlere karşı hassastırlar. Bunu ayakları, kuyrukları ve vücutlarıyla hissederler. Gözleri keskindir ve çevrelerindeki en ufak hareketi bile algılayabilirler. Ayrıca çok keskin bir işitme duyusuna sahiptirler.

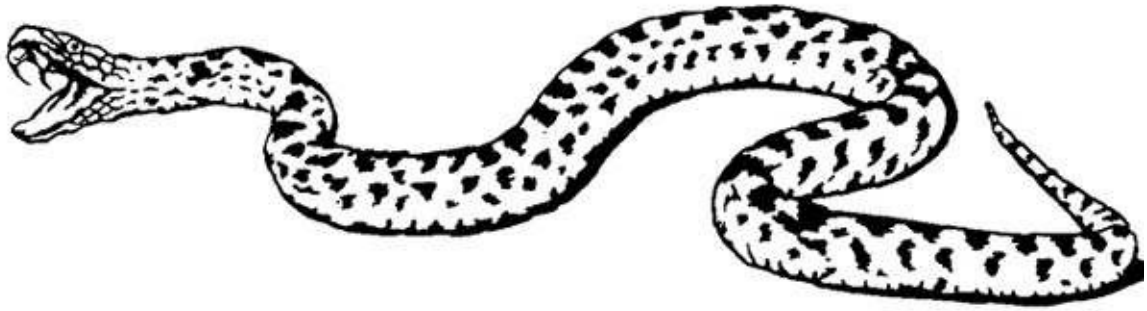
Tüm bu özellikler, ona psişik ve sezgisel olanla ilişkilendirilen bir sembolizm kazandırır. Kertenkele tıbbının öğrettiği şey, ince hareketleri -fiziksel ve eterik, uyanıkken veya uyurken- algılama yeteneğidir. Yerli Amerikan

geleneğinde bazılarına göre kertenkele, rüya zamanıyla ilişkilendirilir. Rüyalar , farkında olmayabileceğimiz zihnin en ince algılarından bazılarını içerir. Bunlar, bizi daha bilinçli hale getirmek için rüyalar aracılığıyla bize aktarılır. Bunlar korkular veya önseziler olabilir, ancak neredeyse her zaman dikkat etmediğimiz şeylerdir.

Kertenkele totemine sahip bireyler, başkalarınınkinden ziyade kendi sezgilerine kulak vermelidir. Kertenkele genellikle yüksek hassasiyeti yansıtır. Başkalarının hissetmediği şeyleri hissedersiniz. Başkalarının kaçırdığı şeyleri görürsünüz. Söylenmeyen şeyleri duyarsınız. Ne kadar garip görünse de, bu algıları takip etmeyi öğrenmek, en sık başarıya ulaşmanızı sağlayacak şeydir.

Bazı kertenkelelerin en önemli özelliklerinden ve ünlerinin kaynağı, kuyruklarının kopma yeteneğidir. Bir avcı kuyruğu yakalamaya çalışırken pençesi kuyruğa denk gelir, ancak kuyruk koptuğunda ve kertenkele kaçıp kurtulduğunda büyük bir sürprizle karşılaşır. Kertenkele daha sonra yerine yeni bir kuyruk çıkarmaya başlar.

Bu mesafeli duruş, kertenkelenin öğretebileceği şeylerden biridir. Hayatta kalabilmek için daha mesafeli olmamıza yardımcı olabilirler. Bazen, yapmak istediğimiz şeyleri yapabilmek için kendimizi veya kendimizin bir kısmını başkalarından ayırmak gerekir. Kertenkele, bu nesnel mesafeli duruş yeteneğini uyandırmamıza yardımcı olur, böylece en az zorlukla gerçekleşebilir. Kertenkele, geçmişten kopmamıza yardımcı olmak için ortaya çıkabilir. Hatta, mevcut olanın içinde kaybolmadan önce yeni alanları keşfetme ve kendi dürtülerinizi takip etme ihtiyacını bile gösterebilir.



Sizin için faydalı değil.

Çoğu sürüngen gibi, kertenkele de sık sık güneşlenir. Soğukkanlıdır ve sıcak kalmak için güneşin sıcaklığına ihtiyaç duyar. Bu güneşlenme genellikle sahte bir uyku halidir ve yanlışlıkla çok yaklaşabilecek böcekleri kandırmak gibi ikincil bir amaca hizmet eder. Güneşlenirken uyku taklidi yapabilme yeteneği bazen uyku halini, özellikle de rüyaları kontrol etmekle ilişkilendirilir. Daha önce de belirtildiği gibi, kertenkele bu durumu daha etkili bir şekilde anlamamıza ve kullanmamıza yardımcı olabilecek bir totemdir.

**YILAN**

AÇILIŞ KONUŞMASI: Yeniden Doğuş, Diriliş, Başlangıç ve Bilgelik

Tüm sürüngenler arasında -ve belki de tüm hayvanlar arasında- yılan, büyük tartışmalara ve paradokslara konu olmuştur. Dini kaynaklar, yılanın yüceliğin mi yoksa alçağın mı sembolü olduğu konusunda tartışmaktadır. Bazen şeytan, bazen de şifacı olarak görülen yılan, gerçekten de efsanevi bir üne sahip olmuştur.

Amerika kıtasında yılan, sanat ve geleneklerde önemli bir sembol olarak yer almıştır. Yerli Amerikalılar için yılan, dönüşüm ve şifanın sembolüdür. Yılan törenleri, birden fazla kez ısırıldıktan sonra vücuttaki zehirleri dönüştürmeyi öğrenmeyi içeriyordu.

Bu durumdan sağ çıkmak, bireyin tüm zehirleri -fiziksel veya başka türlü- dönüştürmesini sağlayacaktır. Öldürme veya iyileştirme enerjisini harekete geçirerek nihayetinde çarpıcı iyileşmelere yol açacaktır.

Mezoamerikan toplumlarında yılan, tüylü ve uçan olarak tasvir edilirdi. Bu, onların en büyük tanrıları ve kahramanları Quetzalcoatl'ın sembolüydü. Quetzalcoatl'ın hikayesi, bir gün geri dönecek olan ölü bir tanrının efsanesidir. Birçok yönden Tolteklerin koruyucu tanrısıydı ve gökyüzünün, yıldızların ve evrenin tüm hareketlerinin onun egemenliği altında olduğu söylenirdi. "Rüzgarların ve bulutların efendisi ve halkının koruyucu dehasıydı." 71

Yunanistan'da yılan aynı zamanda simya ve şifa sembolüydü. Tanrı Hermes, üzerinde iki yılanın dolandığı bir asa taşırdı. Bu kadüse sembolü, modern tıbbın ve doktorların temel sembolüdür. Şifa yoluyla ifade edilen bilgeliğin sembolüdür.

Hindistan'da tanrıça Vinata, yılanların annesi ve suyun ve yeraltı dünyasının sembolüydü. Ayrıca Hindistan'da yarı tanrılar olan Nagalar ve onların güzel eşleri Naginiler vardı; bunlar genellikle yarı kobra yarı tanrıça olarak tasvir edilirdi. Tanrı Vişnu, genellikle Ananta adı verilen sonsuzluk yılanının üzerinde uyurken tasvir edilir. Şiva, cinselliği temsil eden yılanları bileklik ve kolye olarak takar.

Doğu geleneklerinde öğretildiği gibi, yılan ve engerek uzun zamandır insanlardaki cinsel/yaratıcı yaşam gücünün sembolü olmuştur. Kundalini veya yılan ateşi, omurganın tabanında kıvrılmış halde bulunur. Büyüdükçe ve geliştikçe, bu ilkel enerji serbest bırakılır ve omurga boyunca yükselir.

Bu da vücutta ve zihinde enerji merkezlerini harekete geçirerek yeni boyutlar ve farkındalık, sağlık ve yaratıcılık seviyeleri açar.

Çin astrolojisinde her on iki yıldan biri yılanla adlandırılır. Bu yılda doğanların şefkat, öngörü ve çekicilik gibi niteliklere sahip olduğuna inanılır. Genellikle affetme, batıl inanç ve sahiplenme ile ilgili dersler almaları da gerekir. Çin astrolojisi üzerine bir çalışma bu konuda size yardımcı olacaktır.

Mısır'da yılanın mistik bir önemi de vardı. Uraeus, yılan şeklinde bir alın bandıdır. Yılanın başı alın bölgesinde durur ve dışarı doğru çıkar. İçsel bir görüş ve evrenin kontrolünü temsil ettiğine inanılırdı. Bu, inisiyasyon geçirenler tarafından takılan bir semboldü. Bazıları bunun Horus'un gözünün bir varyasyonu olduğuna inanırken, diğerleri onu Ra'nın kutsal gözü olarak görür. Belli bir bilgelik ve anlayış derecesini temsil ederdi. 72

Yılan, derisini değiştirdiği için uzun zamandır ölüm ve yeniden doğuşun sembolü olmuştur. Eski bedeninden kurtuldukça derisini değiştirir. Bu ölüm ve yeniden doğuş döngüsü, yılanın temsil ettiği şeyin bir parçasıdır. Antik simyacılar ve onların kurşunu altına dönüştürme sembolik eylemiyle bağlantılıdır ve zamanın geçmesiyle gelen daha yüksek bir bilgelikle ilişkilendirilir. Bu ölüm ve yeniden doğuş döngüsü, genellikle kendi kuyruğunu yutan bir yılanın antik imgesi olan ouroboros ile sembolize edilir. Bu, sonsuzluğun sembolüdür.

Yılan derisini değiştirmeye başlamadan önce gözleri bulanıklaşmaya başlar. Bu, yılana trans benzeri bir görünüm verir. Birçok mistik ve şaman için bu, yılanın yaşayanlar ve ölüler alemi arasında hareket etme, yaşamdan ölüme ve sonra tekrar yaşama geçme yeteneğini gösterirdi. Deri dökülmeye başladıkça, gözler sanki dünyayı yeniden görecekmiş gibi berraklaşmaya başlar. Bu nedenle, simyacılar genellikle bilgelik ve yeni bilginin ölüm ve yeniden doğuşa yol açacağına, bireyin dünyayı tamamen yeni bir bakış açısıyla görmesini sağlayacağına inanırlardı.

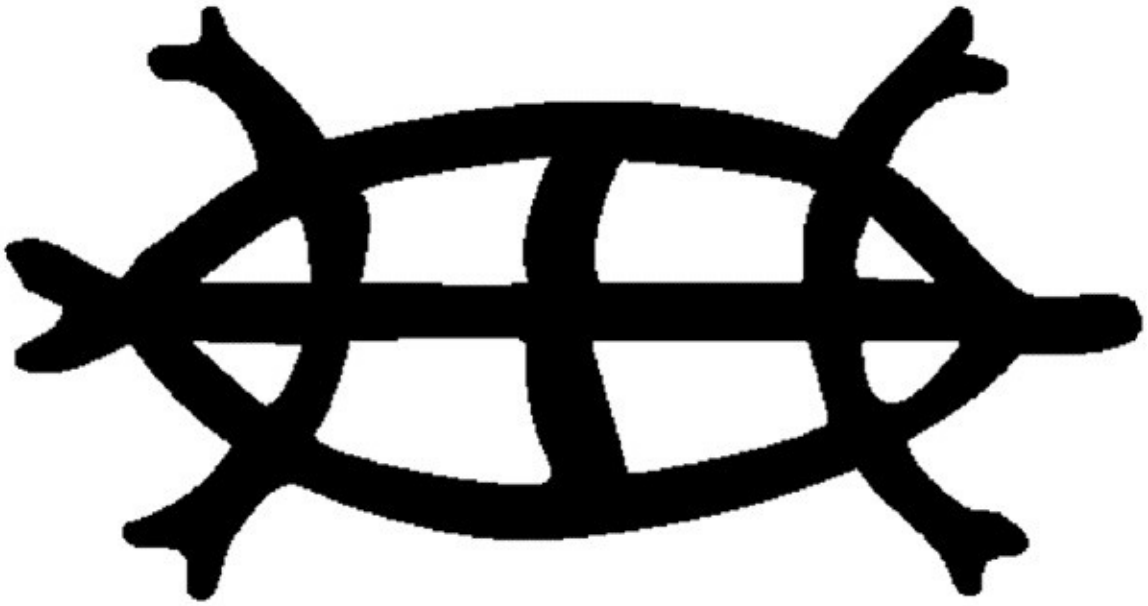
Yılan, akrabaları olan yılan ve ejderha ile birlikte sıklıkla koruyucu olarak tasvir edilmiştir. Mitoloji ve efsanelerde hazineleri, yaşam kaynaklarını veya kutsal yerleri koruduğu görülür. Yunan mitolojisinde Jason ve Argonautlar öyküsünde, altın postun asılı olduğu ağacı yılan/yılan koruyordu.

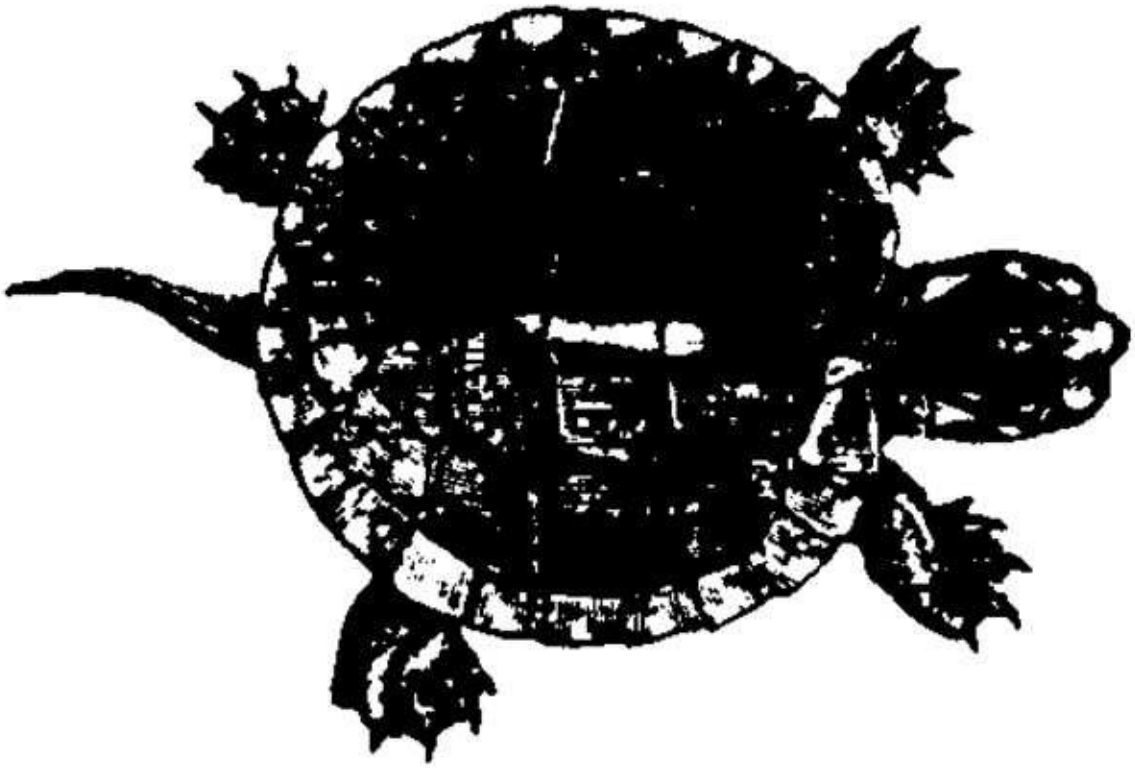
Yılan kıvrımlı ve hızlıdır. Birçok insan onları kaygan sansa da, derileri çok kurudur. Aslında, insanlar yılanlardan daha kaygandır. Bir insan elini yere sürerse, kir toplar. Yılanın derisi ise kir toplamaz, bu yüzden kayabilir ve hareket edebilir.

Yılan totemine sahip kişiler hızla saldırır. Kendilerini yukarı kaldırır ve hızlı, sert ve hedefine isabetli bir şekilde saldırır. Bu toteme sahip kişilerin de gerektiğinde aynı şekilde karşılık verebilmeleri alışılmadık bir durum değildir. Yılan insanlarını kızdırmamak en iyisidir. Öfkelenmeleri yavaş olsa da, bir kez öfkelendiklerinde ısırıkları hızlı, keskin ve doğrudan olur. Neredeyse her zaman hedeflerini vururlar. Sizi bütün olarak yutabilirler veya bir şekilde zehirleyebilirler.

Yılan totem olarak ortaya çıktığında, hayatınızın bir alanında ölüm ve yeniden doğuşun gerçekleşmesini bekleyebilirsiniz. Bu nadiren gerçek bir ölümü yansıtır, daha çok bir geçişi ifade eder. Koşullarda bir değişiklik ve yeni bir hayata doğru bir hareket arayın. Çevrenizde olup bitenleri inceleyin.

Değişiklik yapmanız gerekiyor ama bir nedenden dolayı yapamıyor musunuz? Değişikliği çok hızlı bir şekilde zorlamaya mı çalışıyorsunuz? İnsanlara karşı saldırgan davranıyor ama yapmamanız mı gerekiyor? Saldırmıyor ama yapmanız mı gerekiyor? Unutmayın ki bir yılan zehrini ve ısırığını sadece avını alt etmek için değil, aynı zamanda savunma için de kullanır. Neyi iyileştirmeniz gerekiyor? Hangi yeni fırsatlar ortaya çıkıyor ve bunlardan yararlanmak için harekete geçmeniz mi gerekiyor?





Bu aynı zamanda kendi yaratıcı güçlerinizin uyanışını da yansıtabilir. Kundalini'nin uyarılması genellikle fizyolojik ve ruhsal sonuçlar doğurur.

Fizyolojik olarak cinsel dürtüyü harekete geçirebilir, daha fazla enerji getirebilir vb. Ruhsal olarak ise içgörünüzü ve sezginizi nasıl uygulayacağınıza dair daha büyük bir algıyı teşvik edebilir. Kendi vizyonunuz ve sezginiz daha doğru hale gelecektir.

Yılan toteminizin hayatınızda oynayacağı özel rolü anlamak için öncelikle şeklini inceleyin. Bu bile size çok şey anlatacaktır. Her yılanın bir başı, gövdesi ve kuyruğu vardır ve çok çeşitli yılan türleri mevcuttur. Bazıları zehirlidir, neredeyse hepsi ısırabilir ve bazıları avlarını etrafına dolanarak sıkıştırıp boğar. Yılanınızın üzerindeki işaretleri ve pullarının desenlerini inceleyin. Elmas sırtlı çıngıraklı yılan, pullarının deseninden dolayı bu adı almıştır. Geometrik şekillerin önemini inceleyin. Bu, yılanın hayatınızdaki rolünü tanımlamanıza yardımcı olacaktır.

Örneğin, sıçan yılanı sadece gecenin serin saatlerinde hareket eder. Aşırı sıcaklık onun için ölümcüldür. Daha gececi olmanın sizin için de faydalı olabileceğini kendiniz deneyimleyebilirsiniz. Yanlamasına hareket eder. Ayrıca, diğer canlıların yaydığı ısıya tepki veren, kafasında küçük bir çukur olan özel bir duyu organına sahiptir. Avını bu şekilde algılar. Sembolik düzeyde bu, bu toteme sahip olanlar için başkalarının auralarına karşı artan bir hassasiyeti gösterir. Onları yakında görmeye başlayabilirsiniz, ancak kesinlikle hissetmeye başlayacaksınız. Başkalarının yanında hissettiklerinize, ne kadar garip görünürse görünsün, güvenin.

Yılanın genel özelliklerini ve niteliklerini her zaman inceleyin. Yılanlar etoburdur. Avlarını bütün olarak yutarlar. Bunu yapabilmek için çeneleri yerinden çıkar. Ağız, besinleri yiyecek şeklinde aldığımız yerdir. Yılanın bu yerinden çıkma yeteneği, bu toteme sahip olanların daha fazla besin yutma ve sindirme yeteneğinin artmasını yansıtır; bu da bilgi anlamına gelir. Resmi ve gayri resmi öğrenme fırsatları sık sık ortaya çıkacaktır. Genellikle yılan totemiyle, beyin devrelerinin aşırı yüklenmesi olasılığı düşüktür. Ne yerseniz yiyin yutabilir ve sindirebilirsiniz.

Bazı insanlar, yılanın bakışları nedeniyle ona hipnotik özellikler atfetmiştir. Yılanın göz kapaklarının olmaması, gözlerini kırpmadan bakmasına neden olur. Geleneksel yılan tıbbının öğretebileceği şeylerden biri de, gözleri kullanarak hipnotize etmeyi ve başkalarının kalplerine ve ruhlarına doğrudan bakmayı öğrenmektir. Hatta bu, kendi kalbinize ve ruhunuza daha yakından bakmanız gerektiğine bile işaret edebilir.

Yılanların koku alma duyusu çok gelişmiştir. Aslında dilleriyle koku alırlar, bu yüzden dilleri sürekli içeri ve dışarı hareket eder. Yılanın ağzının içinde, başın üst kısmında Jacobson organı adı verilen bir organ bulunur. Bu organ, yılanın etrafındaki havayı özümsemesini sağlar. Bu organ, havayı ve kokularını tatmalarına ve böylece yiyecek kaynaklarını bulmalarına yardımcı olur.

Koku alma duyusu, daha yüksek düzeyde ayrımcılık ve manevi idealizmle bağlantılıdır. Yılan totemine sahip kişiler, kokulara ve parfümlere karşı son derece hassas olurlar. Aromaterapi, keşfedilmesi faydalı olabilecek bir şifa yöntemi olabilir. Çevrelerinde olup bitenlere dikkat etmelidirler. Çevrenizdeki şeyler gerçekten doğru kokuyor mu? Ne söylediğinize, kime söylediğinize ve kendinizi neyle ilişkilendirdiğinize çok dikkat edin.

Yılanlar değişim ve şifanın sembolüdür. Hız ve çeviklikleri vardır, bu nedenle hayatlarına yılan girenler genellikle değişimlerin ve dönüşümlerin hızlı bir şekilde gerçekleştiğini ve kısa sürede fark edilip tanımlandığını görürler. Yılan hayatınıza girdiğinde, yaratıcılık ve bilgelik konusunda yeni güçlere doğru bir yeniden doğuş bekleyebilirsiniz.

**KAPLUMBAĞA**

AÇILIŞ KONUŞMASI: Annelik, Uzun Ömür, Fırsatlara Uyanış

Kaplumbağalar, bir grup olarak, diğer tüm omurgalı hayvanlardan daha eskidir. Yaklaşık 250 türü vardır ve bunların 48'i Amerika Birleşik

Devletleri'nde bulunur. Kaplumbağalar genellikle kara kaplumbağalarından şu şekilde ayırt edilir: Kara kaplumbağaları karada yaşar. Su kaplumbağaları ise suyun içinde ve çevresinde yaşar.

Kaplumbağa ile ilgili çok sayıda mitolojik öykü mevcuttur. Uzak Doğu'da, kabuğu cennetin, kare şeklindeki alt kısmı ise yeryüzünün sembolüydü. Kaplumbağa, kendi hayatınızda cennet ve yeryüzünü birleştirmenize yardımcı olabilecek bir büyüye sahip bir hayvandı. Kaplumbağa sembolü, hem cennetin hem de yeryüzünün nimetlerine bir davetti.

Japonya'da, "Urashima Masalı" olarak bilinen bir hikaye vardır; bu hikayede bir adam, bir kaplumbağaya sataşan iki çocuğu durdurur. Çocukları kovalayıp kaplumbağanın suya ulaşmasına yardım eder. Kaplumbağa yüzüp gitmek yerine, adamın yanında kalır ve ona teşekkür eder. Yardımının karşılığı olarak, kaplumbağa adamı sırtında okyanusun derinliklerine, Okyanus Kralı'nın ülkesine götürür. Kral tarafından onurlandırılır ve ödüllendirilir, çünkü kaplumbağa kralın en sevdiği hayvanlardan biridir. Kral, güzel bir su perisi olan kızını onunla evlendirir. Adam ilk kez gerçek aşkı bulur.

Kaplumbağa, karada ve suda yaşayan bir kıyı canlısıdır. Tüm kıyı bölgeleri, Periler Diyarı'na açılan kapılarla ilişkilendirilir. Kaplumbağa bazen bu kapıların bekçisi olarak da bilinir.

Bu nedenle kaplumbağalar genellikle perilerle temasın ve peri ödüllerinin vaadinin işaretleri olarak görülürdü.

Nijerya'da kaplumbağa, dişi cinsel organlarının ve cinselliğin sembolüydü. Yerli Amerikalılar için ise ay döngüsü, adet görme ve dişi enerjilerin gücüyle ilişkilendirilirdi. Bazı kaplumbağaların üzerindeki işaretler ve bölümler toplamda on üç tanedir. Ay takviminde her yıl dönüşümlü olarak on üç dolunay veya on üç yeni ay bulunur. Birçok kişi, dişi enerjilerle olan bu

ilişkilendirmenin buradan kaynaklandığına inanmaktadır. Kaplumbağa, ilk annenin sembolüdür.

Yaşlılığı ve yavaş metabolizması nedeniyle kaplumbağa, uzun ömürlülükle de ilişkilendirilir. Uzun ömür ve hayata bağlılık, kaplumbağayla ilişkilendirilen özelliklerdendir. Hızlı hareket etmez. Sanki bir şekilde, kaplumbağa dünyanın tüm zamanına sahip olduğunu biliyormuş gibi.

Kaplumbağa tıbbı, zaman ve zamanla olan ilişkimiz hakkında yeni bakış açıları kazandırabilir.

Kaplumbağaların inanılmaz hayatta kalma becerileri ve stratejileri vardır. İyi duyarlar. Aslında, derileri ve kabukları aracılığıyla sudaki titreşimleri algılarlar. Kaplumbağalar ayrıca bazı renkleri ayırt edebilir ve koku alma duyusuna da sahiptirler. Kaplumbağa totemleri, uyanışın gizemini barındırır.

Kaplumbağa, hem fiziksel hem de ruhsal düzeyde duyuları harekete geçirir. İşitme ve durugörü yeteneklerini geliştirir. Görme ve durugörüye yardımcı olabilir. Koku alma duyusunu ve daha yüksek ayırt etme yeteneğini artırır.

Eğer kaplumbağa ortaya çıktıysa, kendinize bazı sorular sormanız gerekebilir. Görmeniz gerekeni görmüyor musunuz? Duymanız gerekeni duymuyor musunuz? Siz veya çevrenizdekiler ayrımcılık yapmıyor musunuz?

Mümkünse, kaplumbağayı tek tek tanımlamaya çalışın. Birçok türü olmasına rağmen, biraz çabayla bu, genellikle kabuğundan yapılabilir. Farklı kaplumbağaların farklı kabuk türleri vardır. Her kaplumbağanın onu öne çıkaran ve genellikle büyük sembolik öneme sahip en az bir özelliği vardır. Çeneli kaplumbağa, ağzını ve onunla ilişkili her şeyi (ses, ses, sindirim) yeni şekillerde kullanma yeteneğini gösterebilir. Kutu kaplumbağasının ön ve arkasında içine çekilebileceği menteşe benzeri açıklıklar vardır ve kendinizi daha sağlam bir şekilde nasıl koruyacağınızı öğretebilir. Boyalı kaplumbağa

size rengin gücünü ve kullanımını öğretebilir. Deniz kaplumbağası tamamen suda yaşar ve suyun sembolizmi incelenmeli ve üzerinde düşünülmelidir.

Kaplumbağalar evlerini sırtlarında taşırlar. Çizgi filmlerde ve benzerlerinde tasvir edilenin aksine, kaplumbağalar kabuklarından ayrılamazlar. Kabuk aslında kaplumbağanın omurgası ve kaburgalarıdır. Ona ev ve barınak görevi görür. Bazıları bunun imkansız olduğuna inansa da, bir kaplumbağa sırt üstü devrilirse kendini düzeltebilir. Kendini düzeltmek için güçlü boynunu ve başını kullanır. Bu totem taşına sahip olanlar için, dünyanız alt üst olduğunda kendinizi düzeltmek için kendi aklınızı ve bilginizi kullanmanız gerektiğini hatırlatır. Bazen kaplumbağalar, bu gibi zamanlarda bize yardımcı olmak için bir totem olarak ortaya çıkarlar.

Kaplumbağalar omnivordur. Böcekler, bitkiler, balıklar, amfibiler ve hatta bazen küçük memeliler bile yerler. Fırsatçıdırlar.

Hayatınızda kaplumbağa belirdiğinde, genellikle dikkatli olmanız gerektiğinin veya fırsatları kaçıracağınızın bir hatırlatıcısıdır. Yerli Amerikalılar için kaplumbağa, Toprak Ana'nın sembolü ve tüm ihtiyaçlarımızı karşıladığının bir hatırlatıcısıydı. Bazen ağaçlardan ormanı göremeyiz ve kaplumbağa, fırsatlarımızı görmemize yardımcı olmak için bizi yavaşlatabilir.

Kaplumbağaların metabolizması yavaştır ve bu güçlü bir hatırlatıcı olabilir. Hayatımız çok mu telaşlı hale geldi? Kendimize zaman ayırmıyor muyuz? O kadar meşgulüz ki neler olup bittiğini gerçekten göremiyor muyuz? Çok mu yavaş ilerliyoruz ve biraz hızlanmamız mı gerekiyor? Kaplumbağa karar vermenize yardımcı olabilir.

Kaplumbağa, rakunların en sevdiği yiyecektir. Kaplumbağa totemine sahip olanlar, rakunun önemini de incelemelidir. Bu, yaşamınızda tezahür eden enerjilerin etkileşimini anlamanıza yardımcı olacaktır. Kaplumbağaların

güneşten D vitamini ürettiğine inanılır. Kaplumbağa totemine sahip olanlar, yeterli D vitamini alımı için kendi vitamin alımlarını kontrol etmeli ve diyetlerini ve vitamin takviyelerini ayarlamalıdır.

Tüm kaplumbağalar yumurtalarını bırakmak için karaya çıkmak zorundadır ve genellikle yumurtalar toprağa gömülür. Yumurtalar çatladığında, yavrular kendi başlarına kalırlar. Onlar da sırayla sulara doğru yol almak zorundadırlar. Su ve kara arasındaki bu bağlantı, özellikle üreme amacıyla, büyük önem taşır. Kaplumbağa totemine sahip herkes tarafından üzerinde düşünülmesi gereken bir konudur. Su, yararlanabileceğimiz ve içinde yaşayabileceğimiz büyük bir yaratıcı kaynaktır, ancak aynı zamanda ondan çıkıp bu yaratıcılığı fiziksel dünyada, karada da uygulamamız gerekir. Ayrıca, bir şey yapmadan önce onu dikkatlice düşünmenin gerekliliğine de işaret eder.

Eğer hayatınızda kaplumbağa belirdiyse, en temel özünüzle bağlantı kurmanın zamanı gelmiştir. Kabuğunuzun içine girin ve fikirleriniz ifade edilmeye hazır olduğunda dışarı çıkın. Dışarıda sizin için bolca fırsat olduğunu fark etmenin zamanı geldi. Bunların hemen ve hızlı bir şekilde elde edilmesi gerekmiyor. Zaman ayırın ve doğal akışın sizin için çalışmasına izin verin. Çok fazla şey, çok çabuk, dengeyi bozabilir. Kaplumbağa bize, yaptığımız her şey için ihtiyacımız olan her şeyin, doğru şekilde ve doğru zamanda yaklaşırsak, bize sunulduğunu hatırlatır.

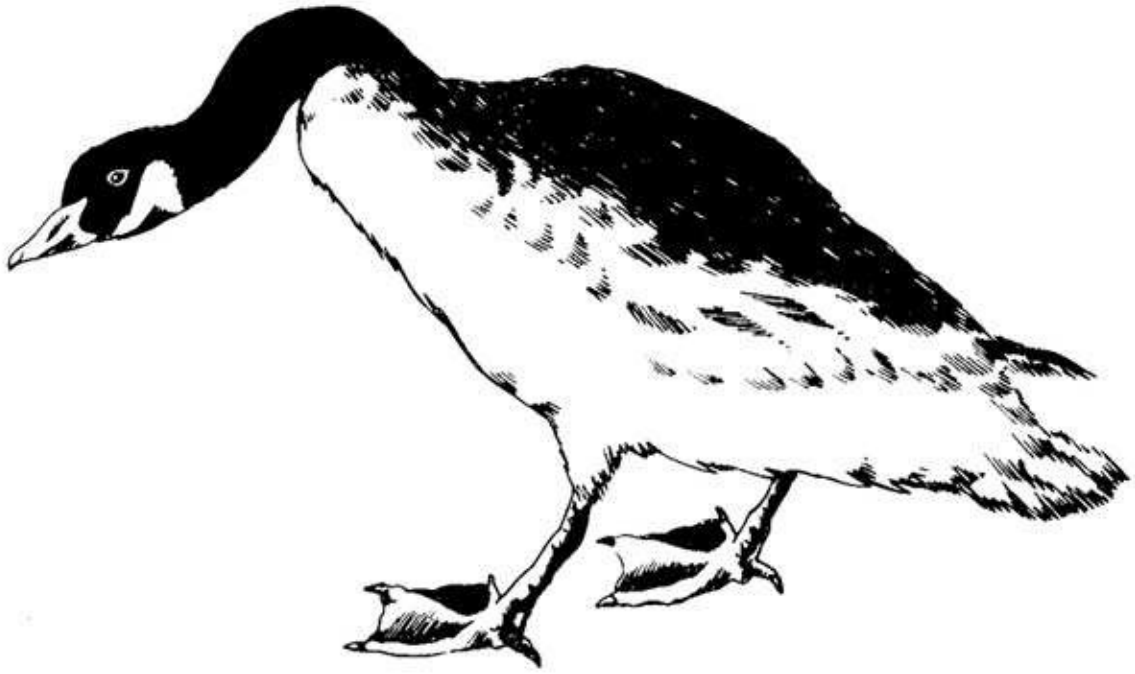
Kaplumbağalar bize cennete giden yolun yeryüzünden geçtiğini hatırlatır. Ana Toprak'ta ihtiyacımız olan her şey var. Biz ona aynı şekilde davrandığımız sürece, o da bize bakacak, bizi koruyacak ve besleyecektir. Bunun gerçekleşmesi için yavaşlamalı ve duyarlılığımızı artırmalıyız. Her şeyle olan bağlantıyı görmeliyiz. Kaplumbağa kabuğundan ayrılamadığı gibi, biz de kendimizi Dünya'ya yaptıklarımızdan ayıramayız.

[İçindekiler]

70. Sams, s. 181–183.

71. Hall, Manly P. *On İki Dünya Öğretmeni* (Los Angeles: Philosophical Research Society, Inc., 1965), s. 223.

72. Hope, Murray. *Pratik Mısır Büyüsü* (New York: St. Martin's Press, 1984), s. 108.



ÇÖZÜM

UYGAR BİR DÜNYADA TOTEMLER

Doğadaki her şeyin bir amacı vardır. Ne kadar garip görünürse görünsün veya ne kadar tuhaf davranırsa davransın, bir amacı vardır. Bunu tam olarak anlamayabiliriz, ama çevremizdekilerin davranışlarını ne sıklıkla anlıyoruz? İnsanlar anlamadıkları şeylerden hoşlanmama eğilimindedir. Bilgi, önyargıları ve yanlış anlamaları ortadan kaldırır.

Hiçbir bitki veya hayvan özünde kötü veya olumsuz değildir. Bu tür ifadeler insan değer yargılarıdır ve genellikle tüm parçalarının işlevsel olduğu çok karmaşık bir sistemle ilgili az bilgi veya temas üzerine kuruludur. İnsanlar genellikle bir organizmanın ekosistem içindeki tam rolü hakkında çok az şey bilirler.

Bazıları, hayvan dünyasını mistik bir bakış açısıyla keşfetmenin tehlikeli olduğuna inanıyor. Genellikle bunun, hayvanlara insan nitelikleri atfetmeye, hatta bazı durumlarda onları tanrılaştırmaya yol açacağı korkusu vardır.

Bence insanlar bu yönde tamamen geri adım atamayacak kadar yol kat ettiler.

Evet, batıl inançlara kapılma olasılığı olabilir, ancak bu kitabın birinci bölümünde de belirttiğim gibi, batıl inançların genellikle bir bilgi temeli yoktur. Hayvanları ve doğayı ne kadar çok incelersek, kendi hayatlarımız da o kadar çok hayretle dolar. Bazen hayvanlara insani, mistik ve hatta ilahi özellikler atfederiz, ancak bu genellikle dilimizin doğal deneyimin hayranlık ve hayretini ifade etmek için oldukça yetersiz kalmasından kaynaklanır.

Akılcı toplumumuzda, bazı bitkilerin, hayvanların ve aralarındaki ilişkilerin değerini sorgulamamak zorlaşıyor. Bir bitkinin veya hayvanın varlığını, insanların varlığından daha fazla haklı çıkarmamız gerekip gerekmediğini kendimize sormalıyız. Doğanın tamamına saygı duyma ve ona karşı empati geliştirme yeteneğimiz, onun "verimlilik" veya zekâ düzeyine bağlı olmamalıdır. Bunu belirlemeye kim yetkilidir?

Doğal dünya, bitkilerin, hayvanların ve insanların bir topluluğudur. Hepsi bir ekosistemin parçasıdır. Hepsi diğer her unsur için gereklidir. Doğada meydana gelen her şey bize yansır. Başımıza gelen her şey doğaya yansır. Ayrı kalmayı tercih etsek de, ayrı değiliz. Yansımaları fark etmeyebiliriz, ancak yine de gerçektirler ve o da bunu onurlandıracaktır.

Bir şeye saygı göstermeden önce, onun hakkında bir şeyler bilmemiz gerekir. Saygı göstermeye değer olduğuna dair kanıt görmemiz gerekir. Bu kitapta, her hayvanın saygı gösterilebilecek bir yanı olduğunu göreceksiniz. Aşağıda, doğanın her yönüne saygı göstermenin ve doğanın her yönünü toteminiz olarak korumanın yolları yer almaktadır:

• Ağaç dikin. (Ağaçlar hayvanlar için barınak ve yiyecek sağlar ve kirliliği filtrelemeye yardımcı olur.)

• Hayvanları ve faaliyetlerini gözlemleyin.

• Doğa hakkında olabildiğince çok şey öğrenin.

• Kuş yuvaları yapın.

• Arıları ve kelebekleri çekmek için çiçekler dikin.

• Gittiğiniz her yerden çöp toplayın.

• Çevre koruma ve doğanın muhafazasını desteklemek için kamu görevlilerine mektuplar yazın.

• Başkalarının nesli teh endangered olan türler hakkında bilgi edinmesine yardımcı olun.

• Doğadan yakalanmış hayvanları satın almayın.

• Yabani hayvanlardan elde edilen ürünleri satın almayın.

• Hayvanlar üzerinde test ve araştırma yapılan ürünleri satın almayın.

• Çevreyi destekleyen kuruluşları destekleyin (hayvanat bahçeleri, doğa merkezleri, kar amacı gütmeyen kuruluşlar vb.).

Hayvanların harikaları her yerde. Her hayvan, kendi harikalığımızı hatırlatmamıza yardımcı olan bir harika. Dünyanın bir yönünü yeni gözlerle gördüğümüzde, kendimizi de yeni gözlerle görmeye başlarız. Doğanın tamamı bizim totemimizdir. Her hayvan. Her bitki.

Bir hayvan veya bitki nesli tükendiğinde veya tehdit altına girdiğinde, dünya güzelliğinin bir kısmını, biz de kendi güzelliğimizin bir kısmını kaybederiz. Bir hayvanın veya bitkinin eşsizliğini her gördüğümüzde, kendimiz hakkında da yeni ve eşsiz bir şey keşfederiz.

İnsanlar sıklıkla doğaya yaklaşımımı sorguluyor. Hayvan dünyasına veya doğanın herhangi bir yönüne mistik bir bakış açısıyla mı yaklaşmalıyız?

Bence evet. Doğanın tüm sembolizmine ve mitolojisine inanmak zorunda değilsiniz, ancak onu inceleyerek ruhumuzun kadim, ilkel bir parçasına, doğaya hala hayranlıkla karşılık verebilen bir parçasına dokunuyorsunuz. Aksi takdirde dokunulmamış olabilecek bir ruh parçasını harekete geçirebilir. İşte doğadaki mit ve sembolün gücü budur.

Bazen bilmekten çok hissetmek daha önemlidir. Kadim bir közü yeniden canlandırıp alevlendirdiğimizde, daha fazla bilgi edinme arzusu büyüyecek; ve bu arzudan, doğanın neşesini ve gizemini yeniden keşfetme fırsatı doğacaktır.

Hayvanlarla konuşabilmek ve onlardan bir şeyler öğrenebilmek için öncelikle onları yeniden görmeyi öğrenmeliyiz. Umarım bu kitap, bir ateşe dönüşecek bazı kıvılcımları harekete geçirir; çünkü ateşin olduğu yerde ışık vardır; ışığın olduğu yerde ise sevinç ve hayret vardır!

[İçindekiler]

EK

(Aşağıdakiler, hayvanlar, doğa ve çevre konusunda eğitim ve destek sağlayan kuruluşlardır. Bu liste eksiksiz değildir, ancak hepsi faydalıdır.)

Brukner Doğa Merkezi

5995 Horseshoe Bend Yolu

Troy OH 45373

Vahşi Yaşam Savunucuları

124419. Cadde Kuzeybatı

Washington DC 20036

Çevre Savunma Fonu

257 Park Avenue S.

New York NY 10010

Dünya Dostları

218 D Caddesi SE

Washington DC 20003

Şahin Macerası

Kin Quitugua aracılığıyla

15469 E. Oberlin Place

Aurora CO 80013

Beauty Without Cruelty USA

175 W. 12. Cadde, #15G

New York NY 10011-8275

Yırtıcı Kuş Merkezi

Minnesota Üniversitesi

1920 Fitch Caddesi

St. Paul MN 55108

Ulusal Audubon Derneği

950 3. Cadde

New York NY 10022

Ulusal Yaban Hayatı Federasyonu

1400 16. Cadde Kuzeybatı

Washington DC 20036

Kutsala Dönüş

c/o Quenda Healing Woman

Kutu 6793

Colorado Springs CO 80934

[İçindekiler]

KAYNAKÇA

DOĞAL DÜNYANIN GERÇEKLİĞİ

Angel, Madeline. *Amerika'nın En Sevilen Vahşi Hayvanları* . New York: Bobbs-Merril Company, 1975.

Austin, Elizabeth ve Oliver. *Random House Kuşlar Kitabı.* New York: Random House, 1970.

Bantonk, Nick. *Kanatlar* . New York: Random House, 1990.

Blassingame, Wyat. *Kargaların Harikaları* . New York: Dodd, Mead & Company, 1979.

Caras, Roger A. *Panther* . Lincoln, NE: University of Nebraska Press, 1969.

Clement, Roland. *Audubon'un Yaşayan Dünyası* . New York: Grosset & Dunlap, 1974.

Cromer, Richard. *Uçuşun Mucizesi* . New York: Doubleday & Company, 1968.

De La Torre, Julio. *Baykuşlar: Yaşamları ve Davranışları.* New York: Crown Publishing, 1990.

Di Silvestro, Roger. *Hayatta Kalma Mücadelesi.* New York: John Wiley & Sons, 1990.

Domico, Terry. *Dünyanın Ayıları* . New York: Facts on File Pub., 1988.

Fourie, Denise. Şahinler, Baykuşlar ve Diğer Yırtıcı Kuşlar. San Luis Obispo, Kaliforniya: Blake Yayıncılık, 1989.

Gabb, Michael H. *Büyük ve Küçük Yaratıklar.* Minneapolis: Lerner Yayıncılık, 1980.

Hines, Bob. *Şehir ve Kasabanın Elli Kuşu* . ABD İçişleri Bakanlığı; Washington DC.

Hornblow, Leonora ve Arthur. *Kuşlar En Garip Şeyleri Yapar.* New York: Random House, 1968.

Hoshimo, Michio. *Geyik.* San Francisco: Chronicle Books, 1988.

Johnson, Sylvia A. *Yaban Hayatı Atlası* . Minneapolis: Lerner Yayıncılık, 1977.

Kieran, John. *Kuşlara Giriş* . New York: Doubleday and Company, 1965.

Limburg, Peter. *Kuşların Adının Anlamı Nedir?* New York: Coward, McCann & Geoghegan, Inc., 1975.

____ . *Vahşi Hayvanların Adının Anlamı Nedir* ? . New York: Coward, McCann & Geoghegan, Inc., 1977.

Mackenzie, John. *Yırtıcı Kuşlar* . Minocqua, WI: North Word, Inc., 1986.

Mech, L. David. *Kurt* . Minneapolis: Minnesota Üniversitesi Yayınları, 1970.

Merril, Samuel. *Geyik Kitabı.* New York: EP Duton & Company, 1916.

O'Connor, Karen. *Tüy Kitabı* . Minneapolis: Dilon Press, 1990.

Peterson, Roger. *Kuşları Nasıl Tanıyabiliriz* ? Boston: Houghton Mifflin, 1957.

Pringle, Laurence. *Listen to the Crows* . New York: Thomas Crowel Comp., 1976.

Scot, Jack Denton ve Sweet, Ozzie. *Moose* . New York: GP Putnam, 1981.

Seidensticker, John & Lumpkin, Susan. *Harika Kediler* . Emmaus, PA: Rodale Press, 1991.

Snead, Stela. *Dört Dünyada Hayvanlar.* Chicago: Chicago Üniversitesi Yayınları, 1989.

Tanner, Ogden. *Kentsel Vahşi Yaşam.* Alexandria: Time-Life Books, 1975.

Turbak, Gary. *Alacakaranlık Avcıları: Kurt* . Flagstaff: Northland Yayınları, 1987.

Weidensaul, Scot. *Amerikan Yaban Hayatı* . New York: Galery Books, 1988.

____ . *Yırtıcı Kuşlar.* New York: Galery Books, 1989.

Wexo, John. *Zoobooks: Yırtıcı Kuşlar* . San Diego: Wildlife Ed. Ltd., 1980.

____ . *Zoobooks: Büyük Kediler* . San Diego: Wildlife Ed. Ltd., 1987.

____ . *Hayvanat Bahçesi Kitapları: Ayılar.* San Diego: Wildlife Ed. Ltd., 1987.

____ . *Hayvanat Bahçesi Kitapları: Nesli Tehlike Altında Olan Hayvanlar* . San Diego: Wildlife Ed. Ltd., 1987.

____ . *Zoobooks: Küçük Kediler* . San Diego: Wildlife Ed. Ltd.” 1988.

____ . *Hayvanat Bahçesi Kitapları: Hayvan Harikaları* . San Diego: Wildlife Ed. Ltd., 1988.

Wood, Peter. Tarla ve Orman Kuşları. New York: Time-Life Books, 1977.

Zim, Herbert. *Büyük Kediler.* New York: William Morrow & Comp., 1976.

**DOĞADA MİT VE MİSTİZM**

Andrews, Ted. *Rüya Simyası* . St. Paul: Llewelyn Yayınları, 1991.

____ . *Ruhani Rehberlerle Nasıl Tanışılır ve Çalışılır* . St. Paul: Llewelyn Yayınları, 1992.

____ . *Büyülü Dans.* St. Paul: Llewelyn Yayınları, 1992.

Arnot, Kathleen. *Afrika Mitleri ve Efsaneleri* . New York: Oxford University Press, 1989.

Baskin, Wade. *Büyücünün El Kitabı* . Secaucus: Citadel Press., 1974.

Belting, Natalia. *Dünya Bir Balığın Sırtında* . New York: Holt, Rhinehart and Winston, 1965.

Caduto, Michael ve Bruchac, Joseph. Yeryüzünün Koruyucuları. Golden, CO: Fulcrum Yayınları, 1988.

_ ___ . *Hayvanların Koruyucuları* . Fulcrum Yayınevi; Golden, 1991.

Campbell, Joseph. *Hayvanın Yolu, Cilt I ve II.* New York: Harper & Row, 1988.

Christa, Anthony. *Çin Mitolojisi.* New York: Peter Bedrick Books, 1983.

Cirlot, JE. *Semboller Sözlüğü* . New York: Felsefe Kütüphanesi, 1962.

Coffer, William. *Kutsal Dağların Ruhları.* New York: Van Nostrand Reinhold Comp., 1978.

Cooper, JC. *Sembolizm: Evrensel Dil* . Northamptonshire: Aquarian Press, 1982.

Doore, Gary. *Şamanın Yolu* . Boston: Shambhala Press, 1988.

*Dulcken, HW. Hans Christian Andersen'in Tüm Resimli Öyküleri . Londra: Chancelor Press, 1989.*

Erdoes, Richard ve Ortiz, Alfonso. *Amerikan Yerli Mitleri ve Efsaneleri* . New York: Pantheon Books, 1984.

Frazer, James G. *Altın Dal* . New York: Colier Books, 1922.

Getings, Fred. *Gizli Sembolizm ve Okült Sanat.* New York: Harmony Books, 1987.

Godwin, Joscelyn. *Antik Dünyada Gizem Dinleri.* San Francisco: Harper & Row, 1981.

Graves, Robert. *Beyaz Tanrıça.* New York: Farrar, Straus & Giroux, 1948.

Hal, Manly P. *Tüm Çağların Gizli Öğretileri* . Los Angeles: Felsefi Araştırma Derneği, 1977.

Hamilton, Edith. *Mitoloji* . New York: Yeni Amerikan Kütüphanesi, 1942.

Hope, Murry. *Pratik Mısır Büyüsü* . New York: St. Martin's Press, 1984.

Ions, Veronica. *Hint Mitolojisi.* New York: Peter Bedrick Books, 1983.

Jung, Carl. İnsan ve Sembolleri. New York: Anchor Press, 1964.

Loewe, Blacker ve Carmen. *Kehanetler ve Falcılık* . Boulder, CO: Shambhala Press, 1981.

McLaughlin, Marie. Siouxların Mitleri ve Efsaneleri. Lincoln, NE: Nebraska Üniversitesi Yayınları, 1990.

Monaghan, Patricia. *Tanrıçalar ve Kahraman Kadınlar Kitabı* . St. Paul: Llewelyn Yayınları, 1990.

Nicholson, Irene. *Meksika ve Orta Amerika Mitolojisi* . New York: Peter Bedrick Books, 1982.

Nicholson, Shirley. *Şamanizm* . Wheaton: Teosofik Yayıncılık, 1987.

Opie, Iona ve Tatem, Moira. *Batıl İnançlar Sözlüğü.* New York: Oxford University Press, 1989.

Osborn, Harold. *Güney Amerika Mitolojisi* . New York: Peter Bedrick Books, 1983.

Parrinda, Geoffrey. *Afrika Mitolojisi.* New York: Peter Bedrick Books, 1982.

Piggot, Juliet. *Japon Mitolojisi* . New York: Peter Bedrick Books, 1982.

Poinsias, Mac Cana. *Kelt Mitolojisi.* New York: Peter Bedrick Books, 1983.

Rossbach, Sara. *Feng Shui - Çin Yerleştirme Sanatı* . New York: EP Duton, 1983.

Sams, Jamie ve Carson, David. *İlaç Kartları.* Santa Fe: Bear & Company, 1988.

Spence, Lewis. *Kuzey Amerika Yerlilerinin Mitleri* . New York: Dover Yayınları. 1989.

Stevens, Jose & Lena. *Şamanizmin Sırları* . New York: Avalon Books, 1988.

Güneş Ayısı ve Wabun. *Şifa Çemberi.* Englewood Kayalıkları: Prentice-Hal, Inc., 1980.

Sympson, Jacquelyn. *Avrupa Mitolojisi* . New York: Peter Bedrick Books 1987.

Townsend, George. *Ezop Masalları.* New York: Doubleday & Company; 1968.

Tyler, Hamilton. *Pueblo Kuşları ve Mitleri* . Flagstaff: Northland Yayınları, 1991.

Walsh, Roger. *Şamanizmin Ruhu* . Los Angeles: Jeremy P. Tarcher, 1990.

Waring, Philippa. *Kehanetler ve Batıl İnançlar Sözlüğü.* Secaucus: Chartwel Books, 1989.

Wolfe, Amber. *Şamanın Gölgesinde* . St. Paul: Llewelyn Yayınları, 1988.

*Zipes, Jack. Grimm Kardeşlerin Tüm Masalları . New York: Bantam Books, 1987.*

*Zolar. Zolar'ın Kehanetler, İşaretler ve Batıl İnançlar Ansiklopedisi . New York: PrenticeHal Press, 1989.*